วันนี้ ต่อกันด้วยเรื่องของ " ทำอย่างไร จะได้เรียนรู้วิทยาการ ต่าง ๆ หรือ หัวข้อธรรมะ ศาสตร์ หรือเรื่องราวใด ๆ จากโอปปาติกะ หรือ เทพยดา"

โดยตามความเป็นจริงของสภาวะสิ่งมีชีวิต อันว่าด้วยอภิธรรม เทพดาโอปปาติกะและมนุษย์นั้นอยู่ร่วมภูมิเดียวกัน สามารถติดต่อสื่อสารกันได้โดยปกติ เรียกว่า "กามาวจรภูมิ" แต่จะต้องเรียนรู้วิธี และปฏิบัติอย่างถูกต้องที่พระพุทธองค์ทรงกำหนดไว้ คือ สติปัฏฐาน ๔ เท่านั้นไม่มีหนทางอื่น และถือว่าการเสวนากับเทพยดา บังบด หรือ โอปปาติกะ เป็นขั้นต้น ๆ ที่ผู้ปฏิบัติอย่างถูกทางทุกคนต้องผ่าน การเรียนรู้และปฏิบัติดังได้กล่าวไปแล้วแต่ครั้งก่อนว่า คือ การเรียนรู้ภาษาเทพ (เรียกง่าย ๆ คือ ภาษาใจ) เป็นภาษากลางที่ใช้ระหว่างสิ่งมีชีวิตเหล่าที่ ๔ อันอยู่ในสภาพของพลังงาน เป็นสิ่งที่มองด้วยตาเปล่าไม่เห็น แต่รู้ว่ามีอยู่ (ปรากฏตามพระไตรปิฏกมหาสมัยสูตร) ยืนยันชัดเจนว่าเทวดาชื่อไรบ้าง

การที่เราอยู่ในภพมนุษย์โลกนี้ ความรู้ที่ได้รับจากการศึกษาจะมีขีดจำกัด และต้องเรียนรู้จากการลองผิดลองถูก ซึ่งแน่ละไม่ใช่หมายถึงว่าจะต้องถูก ทั้งยังมีการ "กั๊ก" ไว้อีกตะหาก พอเวลาผ่านไปสิ่งที่เอามาสอนกลายเป็นเรื่องไม่จริง ก็เยอะ ทฤษฎีใหม่ ๆ เกิดขึ้นตลอดเวลา สังคมเปลี่ยนไปตามยุคสมัยและกาลเวลา แต่ " ความจริง จะมีอยู่สิ่งเดียว ไม่มีวันจะเปลี่ยนไปตามเวลา" ด้วยเหตุดังนี้การเข้าถึง วิทยาการ ฯลฯ อันจริงแท้จึงต้องเข้าถึงผู้ที่รู้จริง มีประสบการณ์จริง และอยู่ในยุคสมัย กาลเวลานั้น ๆ มาบอก มาสอน ถ่ายทอดให้เราเข้าใจ ในที่นี้ขอย้ำคำว่า " เข้าใจ " เมื่อ "เข้าใจ" ก็ไม่ต้องอธิบาย ทำ

ได้เลย รู้เลย รู้ทันที นั่นที่เราเรียกว่า " อ๋อ "

ดังนั้นการจะให้ " เข้าไปในใจ " จึงต้อง " รู้ภาษาใจ " และ " ที่ตั้งของใจ " ตอนนี้ถึง ...บางอ้อ... แล้วซินะ ว่าทำไมถึงต้องหาที่ตั้งของใจ ทำไมต้องออกเสียงให้มาจากใจ และทำไมต้องให้เสียงปากกับใจพร้อมกัน เพราะเราต้องใช้ภาษาใจนั้น เสวนา ถาม สิ่งที่ต้องการรู้ ต่าง ๆ กับ ท่านทั้งหลายที่อยู่ในอีกมิติหนึ่ง เรียกว่ามิติของ "ใจ" ทางปฏิบัติจะเข้าถึงมิตินี้ได้ทางเดียวคือทางใจ เรียกว่า " มโนทวารวิถี " เท่านั้น แม้ไปนิพพาน ก็ต้องไปทาง มโนทวาร ...ไม่มีทางอื่น

เส้นทางของใจ เรียกว่า " มโนทวารวิถี " ท่านผู้รู้ ที่มีชีวิตอยู่ก่อน หรือ ร่วมสมัยพุทธกาลนั้นมีอยู่มากมาย พร้อม และรอคอยที่จะถ่ายทอดสั่งสอนวิทยาการ แก่ผู้ปฏิบัติชอบ เป็นวิชาบริสุทธิ์ ที่มอบให้เราด้วยใจ เพราะเราเข้าไปด้วยใจอันบริสุทธิ์ เรียกว่า “สุทธมโนทวารวิถี” พระบรมศาสดา สัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงปรินิพพานไปเพียงแค่ ๒๕ วัน บ่าย ๆ ของเวลาเทวดา (๑วันเทวดา= ๑๐๐ปีมนุษย์) นี่ท่านยังเป็นเทวดาไม่ถึงเดือนเสียด้วยซ้ำ และไม่ได้หมายความว่า ภิกษุในยุคพุทธกาลท่านจะเป็นอรหันต์ทั้งหมด ท่านที่ยังไม่บรรลุก็มากมาย แต่ท่านก็เป็นพหูสูต มีความรู้มหาศาล ที่เราท่านไม่เคยได้รับรู้รับเรียนในมิติของเรา อีกทั้งนักวิทยาศาสตร์ นักเศรษฐศาสตร์ โหราศาสตร์ เวทย์มนต์ อาคม หรือนักการค้า มหาเศรษฐี ก็มีอยู่มากมาย เราสามารถเลือกรับรู้ รับเรียนได้ตามที่ " ใจ " ปรารถนา

นี่ไม่ใช่เพ้อเจ้อนะ พระพุทธองค์ทรงรับรองไว้ชัดเจนว่า ให้ศึกษาจากกายในกาย ให้ทิ้งตำรา อาจารย์ แสวงหาเรือนว่างและโคนไม้ เข้าถึงกายในกาย ก็จะเข้าถึงวิชชา..." ใครที่อยากเป็นอภิมหาเศรษฐี เอาแค่อนาถบิณฑิกะ รวยขนาดเอาทองคำปูเต็มเนื้อที่ ๑๐๐๐ ไร่ คิดดูว่าทองคำราคาเท่าไร หรือ มหาเศรษฐีที่มีความสามารถบริหารเงินค่อนโลก เราถามได้ถึงวิธีต่าง ๆ

สิ่งหนึ่งที่เราควรต้องทราบ คือเวลาระหว่างมิติใจ อันเป็นมิติแห่ง Plasma กับ มิติที่เราทรงสภาพเป็นมนุษย์ Mass นั้นต่างกันมาก ใหม่ ๆ จะตกใจเล็กน้อย เพราะเพียงแค่สัปปะหงกงูบเดียวเวลาผ่านไป ๒๔ ชั่วโมง หรือการเดินทางกรุงเทพ-เชียงใหม่ด้วยรถใช้เวลา ๗ชั่วโมง ฯลฯ เหตุการณ์เหล่านี้ จะเกิดขึ้น และจะเกิดบ่อย จนในที่สุดจะชินจนเป็นเรื่องปกติ

ด้วยเหตุนี้ พระพุทธองค์จึงทรงห้ามมิให้เล่าเรื่องการปฏิบัติของตน กับผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติ เพราะนอกจากอีกฝ่ายจะไม่รู้เรื่อง เขาก็จะหาว่า " บ้า " นี่คือข้อห้ามที่พึงสังวร

ตอนนี้มาถึงขั้นที่ว่า ขั้นตอนทำอย่างไร ?

ก่อนอื่น หมายถึง ก่อนที่จะถึงขั้นนี้ต้องแน่ใจว่า ตัวเองได้ผ่านขั้น ทาน (ถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา=เพราะไปแล้วอาจไม่ได้กลับ ๕๕๕๕๕) ศีล คือ สัจจะวาจา ทั้งสองอย่างได้เปล่งออกมาพร้อมกัน จากฐานที่ตั้งของ “ใจ” หรือยัง ?

ถ้าพร้อม เป็นอันใช้ได้เริ่มขั้นตอนต่อไปนี้เลย เนื่องจากการปฏิบัติถึงขั้นไตรสิกขา นี้ หมายถึงเราอยู่บน มรรคสัจจะ = เส้นทางแห่งความจริง ดังนั้น จึงให้เปล่งวาจาพร้อมกับใจ ว่า...ข้าพเจ้า.(ชื่อ)... ต้องการที่จะพบครูบาอาจารย์ ฯลฯ เพื่อศึกษา...(ว่าไปตามที่เราต้องการ ทางที่ดีเขียนซะก่อนแล้วท่องให้จำได้) การกล่าววาจานี้ต้องให้เสียงออกมาจาก "ใจ" และเป็นเสียงเดียวกัน นี่คือข้อ ๑

ในขณะที่กล่าวอย่าหลับตา (ทำสมาธิห้ามหลับตา พระพุทธองค์ห้ามคนตาบอดบวช เพราะคนตาบอดปฏิบัติไม่ได้ และไม่มีวันสำเร็จโดยเด็ดขาด) ให้ลืมตา และกล่าวช้า ๆ ที่เราต้องการนั้น ๓ ครั้ง

ระหว่าง ครั้งที่ ๒ ต่อ ครั้งที่ ๓ จะมีความรู้สึกเหมือนกับเรานั่งรถขึ้นสะพานสูงๆ แล้วลง หรือ ก็เหมือนเครื่องบินตกหลุมอากาศ อาการเป็นลักษณะคล้ายอย่างนั้น อย่าตกใจ ปล่อยความรู้สึก " อยากรู้ " ตามลงไป สิ่งที่เกิดขึ้น ก็จะเป็นไปตามที่เราปรารถนา แตกต่างกันไปตามภูมิ ของแต่ละท่าน และบุญเดิมที่สร้างไว้ ว่าเทพยดาท่านใด ที่เคยเป็นครูบาอาจารย์ ร่วมบุญกันมาก่อน ก็จะมาสอน หรือ เสวนาในสิ่งที่เราต้องการ เมื่อเสร็จให้สวดยาเทวตาขอบคุณ เทวดา อันนี้ทิ้งไม่ได้ ..

พยายามฝึกทำแล้วจะสนุก ชีวิตจะไม่น่าเบื่อ เพราะเรามีกัลยาณมิตรที่แท้จริง ที่จริงใจ ที่ให้สิ่งที่เราปรารถนา พร้อมทั้งคอยติดตามปกป้อง คุ้มครองให้เราเดินในเส้นทางที่ท่านได้ชี้ให้เราอย่างเหนือกว่าชีวิตที่เราเคยเป็น

ปรากฏการณ์ต่าง ๆ จะแปลกต่างกันไป ขึ้นกับบุญกุศลที่เราได้สร้างสมไว้ ....ที่สำคัญคือ ไม่ต้องกลัวว่าจะเจอ " ผี " เพราะผีมันอยู่บนยอดหญ้า เทวดาอยู่บนฟ้า นะจ๊ะขอบอก

เชื่อมั่นว่า ด้วยบารมีของทุกท่านในที่นี้ ซึ่งสะสมมา ย่อมนำพาให้ประสบความ

สำเร็จในการปฏิบัติ สมปรารถนา คุ้มค่ากับชีวิตที่รอคอย สิ่งอันเป็นกุศลจงสัมฤทธิ์ผล ด้วยพุทธานุภาพ โดยพลันทุกท่านเทอญ .....เจริญพร

ดังที่ได้กล่าวมา จะเห็นได้ว่าแม้เพียง วาจา (วจีสังขาร) รวมเป็นหนึ่งเดียวกับใจ (มโนสังขาร) ขั้นต้น ยังสามารถสัมผัส เสวนากับเทพเทวดาได้ เป็นปกติ ความสำคัญที่ต้องย้ำเตือน ที่ผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่มักลืม หรือ คิดว่าไม่สำคัญ และข้ามไปเสีย นั่นคือ **การถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา**ด้วยการเปล่งวาจาจากตำแหน่งที่ตั้งของใจ ด้วยความจริงใจ นี้เป็นขั้นต้นของการก้าวสู่บันไดขั้นแรกของ "พระอริยบุคคล"

จัดเป็นข้อบังคับที่ต้องปฏิบัติให้ผ่าน จะขาดเสียมิได้ เรียกว่า **"การถึงพร้อมในพุทธานุภาพ"** ด้วยความไม่ลังเลสงสัย แม้ชีวิตก็สละได้ เป็นมหาทาน เรียกว่า **"มหาจาคะ"** ถึงพร้อมด้วย ทาน พระพุทธองค์ทรงตรัสรับรองฐานะของผู้ที่ถวายชีวิตเป็นพุทธบูชาไว้ ปรากฏในพระไตรปิฎกคัมภีร์มหาวาร. สังยุตนิกาย ว่า

" **สารีบุตร ผู้ใด มีความเลื่อมใสอย่างยิ่งในตถาคต ถึงที่สุดส่วนเดียว เขาย่อมไม่สงสัย ไม่ลังเลในคำสอนของตถาคต สารีบุตร ย่อมเป็นผู้มีโอปกันนสัทธา**.." นี้เป็นคุณสมบัติของพระอริยบุคคลขั้นต้น เรียกว่า "**บันไดขั้นแรกของโสดาบัน คือ ถึงพร้อมด้วยองค์สาม ในพุทธานุภาพ**" การที่ให้กำหนดระลึกตามลมหาใจ ที่เข้าไป (อัสสาสะ) และออกมา (ปัสสาสะ) การระลึกนี้คือ**นิมิต** แปลว่า**เครื่องหมาย** เรียกตามพุทธพจน์ว่า "สติ" คือ ธรรมชาติระลึกรู้อารมณ์ของลมหาใจ เข้า และ ออก เพื่อให้รู้ตำแหน่งที่ตั้งของใจ ณ เวลานั้น ๆ ว่าอยู่ตรงไหน เพื่อที่จะได้กำหนดภาพ (อธิษฐาน) หรือ กำหนดให้วาจา ที่เราจะเปล่งเสียงออกมานั้น ให้ออกมาจากตำแหน่งนั้น นี้คือการระลึกถึงนิมิต (คิดว่าอ่าน

แล้วคงเข้าใจ=ถ้าปฏิบัติก็จะร้อง อ๋อ.... แต่ ไม่ปฏิบัติ=อึ้ง)

เพราะการจะขึ้นสู่ระดับสูงต่อไปของการปฏิบัติ เหมือนการเรียน ต้องมีการสอบซ้อม เพื่อจะได้รู้ว่ามีภูมิรู้แค่ไหน พอที่จะเรียนต่อไปหรือไม่ ขาดอะไร ต้องเสริมอะไร นี้จึงต้องทบทวนเพราะเป็นหัวใจขั้นแรก ความสำคัญแห่งการระลึกรู้ลมหาใจที่เข้าไปพร้อมกับเสียง และ ออกพร้อมกับเสียง คือการระลึกนิมิตใช้อารมณ์ (ความรู้สึก) ติดตามไป ก็จะเกิดสมาธิ ผู้ที่ทำได้ในขั้นต้นตามกล่าวมาแต่แรก เรียกว่าสำเร็จ "อาปานัสสติ" ดังมีพระบาลีอันเป็นพุทธพจน์ยืนยันไว้ว่า

"นิมิเต ฐปยं จิตฺตं นานาการं วิภาวยं ธีโร อสฺสาสปสฺสาเส สกं จิตฺตं นิพนฺธติฯ"

ความว่า "ผู้มีความฉลาด ซึ่งได้เจริญอานาปนสติ มีอาการตั้งจิตไว้ในนิมิต(คำกล่าว นะ.. โม..) ได้ ก็ย่อมชื่อว่าได้ผูกจิตของตนไว้กับอัสสาสะ (ลมหาใจเข้า) กับปัสสาสะ (ลมหาใจออก) สำเร็จแล้ว

นี่คือเหตุผลว่า ทำไม เทพยดา โอปปาติกะทั้งหลายจึงต้องมาอนุโมทนา คอยดูแลปกปักรักษาเรา ไม่ให้เกิดความทุกข์ร้อน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องทุกข์กาย ทุกข์ใจ ไม่ยอมให้เกิดความยากจน ลำบากในการดำรงชีพ ฐานะ หรือ สิ่งใด ๆ ที่ปรารถนา (แต่ยังไม่ได้) เทพยดา โอปปาติกะ ก็จะไปจัดหามาให้ = สมบัติเทวดา ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงมีแต่ความร่ำรวย รับแต่โชคลาภ ความสำเร็จ เพราะเทพยดาต้องการให้มนุษยทั้งหลาย ได้เห็นตัวอย่างว่า ผู้ปฏิบัติย่อมวัฒนาเจริญก้าวหน้า จะได้มาปฏิบัติ เทพยดา โอปปาติกะ ก็จะได้อนุโทนาบุญมากขึ้นไปอีก

ขั้นที่เราสำเร็จในส่วนของการระลึกนิมิต วาจา และ ใจ โดยใช้คำภาวนา นะ...โม ...อันเป็นรหัสนามของเทวดานี้ ตามหลักการปฏิบัติเรียกว่า "เทวตานุสติ" คือ ระลึกนามของเทพยดา ซึ่งเป็นส่วนหนึ่ง หรือ ขั้นตอนหนึ่งของการปฏิบัติ เป็นทางผ่านขั้นต้น เพื่อให้ผู้ปฏิบัติ ปราศจากสิ่งรบกวนจากทุกข์ภายนอกทั้งปวง ปราศจากภัย หรือ ความกังวลใด ๆ เมื่อหมดปัญหาที่ต้องทุกข์ภายนอกแล้ว ย่อมมุ่งสู่การปฏิบัติได้อย่างเต็มที่ นี้คือสิ่งที่เกิดขึ้น และเป็นไป อันเรียกว่าอานิสงค์ที่จะได้รับของผู้ปฏิบัติ

ที่กล่าวมานี้เป็นเพียงระดับการฝึก วาจา กับ ใจ คือการฝึกเปล่งเสียงจากปาก กับใจ ให้พร้อมกัน โดยมีคำว่า นะ โม ตัส สะ ภะ คะ วะ โต อะ ระ หะ โต สัม มา สัม พุท ธัส สะ ฯ อันเป็นนามของเทพยดานั้น เป็นนิมิต เรียกว่า สำเร็จขั้นการรวม วจีสังขาร กับ

มโนสังขาร เป็นหนึ่งเดียว ยังไม่ได้ใช้ส่วน กาย ซึ่งได้แก่การ " ทิ้งขนนก" ซึ่งเป็นขั้นต่อไป ที่ผ่านมา เราระลึกรู้เพียงแค่ ลมหาใจที่เข้าไป ว่าเข้าไปสุดที่ไหน และเสียงที่เปล่งด้วยปาก (วาจา) ตรงกับ หรือ พร้อมกับ เสียงที่ดังอยู่ในใจหรือไม่ ยังไม่รู้ว่า ลมหาใจที่เข้า หรือ ออกนั้น สั้นหรือยาว ยังไม่รู้ระยะมาตรฐาน ว่าอยู่ตรงไหน สั้นหรือยาวกว่าไร ด้วยเหตุนี้ จึง**ต้องมีวิธีวัดและควบ คุมระยะของลมหาใจ เพื่อให้ระลึกรู้ได้ว่า สั้นหรือยาวอย่างไร** คือ ที่ผ่านมา เรารู้เพียงเข้าก็รู้ ออกก็รู้ อันนั้นสำเร็จแล้ว

... ดังนั้นต่อไปนี้ก็จะเป็นการฝึก สั้นก็รู้ยาวก็รู้ โดยการทิ้งขนนก นี่คือความสำคัญของแต่ละขั้นตอน ว่าทำไมต้องทำ และทำ ทำไม ให้ผลอะไรบ้าง ในแต่ละขั้นเมื่อทำได้แล้ว แค่เพียงปากใจตรงกัน เราก็สามารถได้รับการปกปักรักษา พร้อมกับเสวนา ขอวิชาความรู้กับเทวดา โอปปาติกะได้แล้ว.... และหากเราขึ้นไปอีกขั้นล่ะ... อานิสงค์อะไร ที่เราจะได้พบอีก ความตื่นเต้น แปลกใหม่ ที่น่าสนใจ ในมิติแห่งการปฏิบัติ .... ติดตามต่อพรุ่งนี้

ขอความเจริญผาสุข ก้าวหน้าในการปฏิบัติ สำเร็จสมประสงค์ดังปรารถนาอันอธิษฐาน ทุกสิ่งทุกประการ ทุกท่านเทอญ....เจริญพร

หลังจากที่ วาจา คือ วจีสังขาร และ ใจ คือ มโนสังขาร รวมกันเป็นหนึ่งเดียวแล้ว ขั้นต่อไป คือ การรวมภาคที่ ๓ คือ กาย เรียกว่า กายสังขาร ทั้งนี้ก็เพราะว่า "บุญ" นั้นต่างจากคำว่า " ดี " เพราะการทำดี ไปได้แค่ "สวรรค์" แต่บุญนั้น ส่งผลถึงนิพพาน ดี กับ บุญ จึงต่างกัน

พระพุทธศาสนา โดยพระพุทธองค์ทรงสอนให้คนทำ "บุญ" เพราะจุดมุ่งหมายของพุทธศาสนาคือ "นิพพาน" อันเป็นบรมสุข ไม่ใช่แค่ไปสวรรค์....แต่ส่วนศาสนาอื่นทุกศาสนาสอนให้คนทำดีจึงไปได้แค่สวรรค์ จะไปนิพพานไม่ได้ แม้แต่การปฏิบัติหากมีการอ้างว่าปฏิบัติวิธีอื่นอันนอกจาก **"สติปัฏฐาน ๔"** ที่เราศึกษาปฏิบัติกันอยู่นี้แล้ว บอกได้เลยว่า "ของปลอม ลวงโลก หรือไม่ก็เก่งกว่าพระพุทธเจ้า" เพราะพระพุทธองค์ทรงยืนยันไว้ชัดเจนว่า "ทางอื่นนอกไปจากสติปัฏฐาน จะไปถึงนิพพานไม่ได้" ญาติโยมสาธุชนจึงควรพึงสังวร ในการรับรู้ รับเรียน

เพราะชีวิตไม่ใช่เครื่องทดลอง เวลาทุกวินาทีมีค่า ลมหาใจเข้าออกทุกครั้งมีผล หากปฏิบัติผิดก็เหมือนตกเหว นอกจะไม่ได้ผล เสียเงินเสียใจ เสียเวลา ยังอาจจะกลายเป็นคนบาป ที่ทำลายพระพุทธศาสนาโดยไม่รู้ตัว บุญ ต่างกับ ดี เพราะดี คือการกระทำโดยไม่คำนึงถึงที่มาหรือรากเหง้าแห่งการเริ่มต้น เช่น ตั้งโรงงานค้ายาบ้า เอาเศษเงินมาทอดกฐิน เอาสวรรค์ เอาชาติหน้ามาอ้าง หลอกเอาเงินจากศรัทธาเพื่อสร้างฐานะทางสังคมให้ใครๆ ดูว่า ใจบุญ หรือ ช่วยคนตาบอดหูหนวก นี้เรียกว่า ทำดี

ส่วน บุญ ต้องทำด้วย การถึงพร้อมด้วย กาย วาจา และ ใจ ทั้ง ๓ ส่วนนี้ ต้องถึง

พร้อมเป็นหนึ่งเดียวกัน เช่น กล่าววาจา ต้องออกมาจากฐานที่ตั้งของใจ พร้อมกับปาก จึงเรียกว่า "พูดจากใจ" ไม่ใช่ "พูดแต่ปาก" ผู้ที่กล่าวปากกับใจตรงกัน พร้อมด้วยสภาวะแห่งลมหาใจ ระลึกรู้ (สติ) นี้เรียกว่าเป็น "มรรคสัจจะ" คือเส้นทางอันไปสู่ความจริง ผู้ที่ทำได้เรียกว่าเป็น สัมมาวาจา เป็นสิ่งอันประเสริฐ (เหนือกว่าดี เหนือกว่าเลิศ) เทพยดาจึงอนุโมทนา คอยปกป้องคุ้มครอง

ผลแห่งมรรคสัจจะนี้ สิ่งที่ได้รับขั้นต้นคือ ไม่ว่าจะพูดอะไร อธิษฐานอะไร ก็จะได้สมปรารถนาดั่งที่วาจาได้เปล่งออกไป ที่เราเรียกกันว่า **"วาจาสิทธิ์"** นั่นแหละ แต่ที่วาจาศักดิ์ -สิทธิ์มีฤทธิ์ได้ เป็นไปดั่งที่พูด ก็เพราะในขณะที่เราเปล่งเสียงนั้น เป็นชื่อของเทวดา (นะ โม....) ฉะนั้น เทวดาองค์นั้น ๆ จึงทำหน้าที่ให้สมประสงค์ดั่งวาจาที่เปล่งออกมาพร้อมภาษาใจ(อันเป็นภาษาเทพ) คือ เทวดารับรู้ และ จัดให้...

ที่กล่าวมานี้ยังไม่ถึงขั้นอธิษฐาน เป็นแค่ขั้นเทวตานุสติ หรือขั้นอนุบาลเริ่มต้น หรือเตรียมเข้าสู่ภาคสัมผัส แตะต้องได้ตามประสงค์ นั่นคือการเข้าถึงพร้อมในพุทธานุภาพ ด้วยองค์ ๓ คือ กาย วาจา และใจ .... เราผ่านส่วน วาจา ใจ พร้อมมาแล้ว รู้แล้ว จำได้แล้ว ชำนาญแล้ว ว่าลักษณะไหน ตรงไหนคือฐานที่ตั้งของใจ และลักษณะเสียงของปาก กับใจ เสียงต่างกันอย่างไร ...เราก็ก้าวสู่ขั้นฝึกกายสังขาร (กายนอก) กันละ

เริ่มจากการทิ้งขนนก โดยยื่นแขนขวาออกไปในระดับเดียวกับไหล่แนวระนาบด้านข้าง (ไม่ใช่ด้านหน้า) นิ้วแม่มือกับนิ้วชี้จับขนนกไว้ (ขนนกคงรู้ลักษณะนะ ไม่อธิบาย) แล้วปล่อยลงพื้น ในห้องที่ปราศจากลม ขณะที่ปล่อยขนนกนั้น ปากออกเสียงพร้อมใจ (ใช้อารมณ์เดียวกับขั้นที่ผ่านมา) สายตาทอดสบาย ๆ มองตามขนนกตก ซึ่งเสียงจะสุดพร้อมกัน ขั้นนี้ ต้องจำให้ได้ถึงระยะขนนกที่ตก กับลมหาใจ เข้า ออก และเสียง **(เปล่งเสียงเฉพาะลมหาใจออก** เพราะตอนลมเข้าออกเสียงไม่ด้าย จ้า) ว่าพร้อมกันหรือไม่ สั้น หรือ ยาวกว่ากัน

หมายความว่า เข้าสั้นกว่าออก หรือว่า ขนนกยังไม่ถึงพื้น ลมหาใจก็หมดแล้วอย่างนี้ ยังใช้ไม่ได้ คือต้องเท่ากันเรียกว่า **ลมละเอียด** เรียกตามภาษาการปฏิบัติว่า **"อัปนาโกศล"** เริ่มด้วยการเปล่งเสียงสัมพันธ์ทั้ง ๓ ส่วนให้พร้อมกันให้ได้ **การฝึกทิ้งขนนกนั้น ให้ฝึกแต่เฉพาะ ลมหาใจเข้า และ ออกเท่านั้น ยังไม่ต้อง "ตั้งลม"** (เพราะนั่นเป็นขั้นต่อไปต้องผ่านขั้นทิ้งขนนกก่อน)

มี**คำถาม**ว่า การทิ้งขนนกให้ผลอะไร มีประโยชน์อะไร ?

คำตอบคือ เป็นก้าวแรกที่จะผ่านจากอุปจารสมาธิ (สมาธิเฉียด ๆ) คือ ตอนที่วาจากับ ใจ รวมกันเป็นหนึ่ง (การรวมเป็น๑ เรียกว่า สมาธิ) แต่อยู่ไม่ทน ระลึกไม่ได้ว่า ลมหาใจ สั้นหรือยาว เพราะเราใส่อารมณ์ไปกับคำที่เปล่ง คือ นะ..โม เราจึงไม่ทราบว่า ลมหาใจครั้งที่แล้วกับครั้งนี้ อันไหนสั้นหรือยาวกว่ากัน ซึ่งตามหลักแห่งอาปานัสสติ จะต้องรู้ถึง ความละเอียดแห่งลม ความสั้นยาวของลม ด้วยการทิ้งขนนก จะช่วยให้เราสามารถจัดลมหาใจได้พอดี รู้ระยะลม รู้ระยะวาจาที่เปล่งออกมา และบังคับใจ ให้พร้อมกับร่างกาย คือ แขนที่ปล่อยขนนก เปรียบเสมือน รถยนต์คือร่างกายภายนอก ส่วนใจก็คือคนขับ วาจาคือพฤติกรรมที่เราควบคุมพวงมาลัย เท้าเหยียบคันเร่ง เหยียบครัส ตาดูไปด้านหน้า ดูกระจกหลัง ทุกอย่างพร้อมไปในวาระเดียว เหมือนกัน ลองนึกภาพดูใครขับรถเป็นจะเข้าใจร้อง อ๋อ...ส่วนคนขับรถไม่เป็น...โน่น ยาหม่อง มานวดขมอง เพราะมึน...คนสอนก็ไม่รู้จะบอกยังไงเหมือนกัน ๕๕๕๕

การทิ้งขนนกนี้เพื่อจัดระยะลมหาใจ วาจา และ ร่างกายภายนอก ให้อยู่ภายใต้บังคับ พร้อมกับมีสภาวะรับรู้อารมณ์ (สติ) ได้ทุกขณะ หากทำขั้นนี้ผ่านเรียกว่า "สำเร็จขั้นอุปจารสมาธิ" ก้าวเข้าสู่ขั้น อัปปนาสมาธิ

คำถามก็มีอีกว่า ...ทำไมต้องผ่านขั้นนี้แล้วเข้าสู่อัปปนาสมาธิ

คำตอบคือ การอธิษฐาน เพื่อให้เป็นไป หรือ เกิดตามใจปรารถนาต้องการได้สำเร็จต้องทำด้วยใจ (สิ่งทั้งหลายสำเร็จได้ด้วยใจ) เป็นมิติแห่งใจ เรียกว่า มโนทวารวิถี ซึ่งจะเราจะข้ามจากมิติปัจจุบันเข้าสู่มิติแห่งใจได้ตามปราถนา จะต้องปฏิบัติผ่านอัปนาสมาธิ เท่านั้น ทางอื่นเข้าไม่ได้ และในมิติแห่งใจ เป็นความแตกต่างจากมิติปัจจุบัน สิ่งปรารถนา อนาคต บุญในอดีตชาติ ที่เราได้สั่งสมมา ล้วนแล้วแต่ต้องเข้าถึงมิติแห่งใจ หรือ ทางมโนทวารวิถี อันเป็น "**มิติที่อยู่เหนือกาลเวลา**"

และ ผู้ที่สามารถปฏิบัติได้ ย่อมเป็นผู้อยู่เหนือกาลเวลา ความแก่เฒ่า ร่วงโรย ไม่สวย ไม่หล่อ จะไม่ปรากฏ เพราะรูป(กายสังขาร=รถ) เราสามารถบังคับได้ สวยได้โดยไม่ต้องฉีดสเต็มเซลล์ ไม่ต้องเบบี้เฟส เนื่องจากผ่านขั้นนี้รูปร่างหน้าตา จะแก่ช้ากว่าคนธรรมดา ๒๐ ปี หน้าผ่องใส (ทดสอบได้ ๑๐๐ %)

เพราะเราควบคุมรถ (กายนอก=กายสังขาร) ด้วยกายในกาย (มโน=ใจ) นี่คือ อานิสงค์ที่ได้รับ จะมีเป็นขั้น ๆ คือ ขั้นแรกจะควบคุมรูป (ร่างกาย) ขั้น ๒ ควบคุมเลือกได้เฉพาะสุข (เวทนา) ขั้น ๓ ควบคุมเข้าถึงความรอบรู้พิเศษ (สัญญา) ขั้น ๓ เลือกภพภูมิที่ต้องการ (สังขาร-การดำรงอยู่) ซึ่งเราจะได้ศึกษากันต่อไปข้างหน้า

ด้วยอำนาจแห่งพุทธานุภาพ ขอความสำเร็จทั้งปวง จงบังเกิดกับสาธุชนทุกท่าน ถ้วนทั่วกันเทอญ....เจริญพร

การทิ้งขนนก เป็นการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความชำนาญ ที่จะควบคุม อารมณ์ ความรู้สึก การระลึกรู้ และเกิดความสามารถแยกแยะได้ว่า สิ่งใดเป็นความคิด นึก หรือระลึก ซึ่งแตกต่างกัน

โดยส่วนใหญ่ ที่เราเรียกว่า "อธิษฐาน" ตามประสาชาวบ้านนั้น ก็คือการออกเสียงทางปาก บางทีก็คิดเอาเองบ้าง นึกเอาบ้าง คือปากว่าไป ใจไปอยู่ไหนก็ไม่รู้ ดังนั้นการอธิษฐานจึงหวังผลไม่ได้ คือ ตามเวรตามกรรม การอธิษฐานจึงกลายเป็นลักษณะ "เผื่อฟลุ๊ค" แต่หวังไม่ได้ หากได้ก็ดี ...และก็ไม่มีคำอธิบาย ว่าทำไมจึงไม่ได้ ทุกที ทุกครั้งที่อธิษฐาน การที่อธิษฐานกันไม่ได้ ก็เพราะว่า คนทั่วไปที่ยังไม่รับรู้ รับเรียนเหมือนพวกท่านในขณะนี้นั้น จะไม่รู้ถึงความแตกต่างระว่าง ความคิด นึก และระลึก ต่างกันอย่างไร ในทางสติปัฏฐานที่เราปฏิบัติ พระพุทธองค์ท่านให้ใช้ "ระลึก" ซึ่งเรียกว่า "สติ" อันเป็นพฤติกรรมของ "ใจ" ความแตกต่างของพฤติกรรมของกายนอก กับ กายใน แยกได้ดังนี้

คิด และ นึก เป็นส่วนการทำงานของกายนอก คือ สมอง

คิด เป็นธรรมชาติของจิต = พวงมาลัย หรือเครื่องควบคุม อุปกรณ์อันทำให้รถวิ่งไปได้ ตามอภิธรรมมีว่า "ธรรมชาติใดคิด ธรรมชาตินั้นเรียกว่า จิต " จิตนั้นตายตามกายนอก คือสังขาร หมายถึง สมองพอคนตายสมองก็เน่าไปตามสภาพ ความ**คิด**จะมีสภาพเป็น อักษร= Text สมองจะทำงานคิดเช่นเลข

นึก เป็นการทำงานของจิต ทำหน้าที่จำภาพเก็บไว้ = Layer เพื่อเทียบเคียงกับภาพใหม่ที่ได้รับทางตา เอาไปซ้อนลงกับ Layer เก่าว่าเหมือนกันหรือไม่ เพื่อให้เกิดการตัดสินใจว่า ใช่ หรือ ไม่ใช่ ชอบ หรือไม่ชอบ เป็นการทำงานของกายนอก =สมอง+ตา ในอภิธรรมยืนยันเป็นเรื่องของจิต ตายไปพร้อมสังขาร

ระลึก เป็นการทำงานของ "ใจ" จะมีการจำได้หมายรู้ ทุกอย่างไม่ว่า อารมณ์ ความรู้สึก กลิ่น เสียง ฯลฯ เหมือนความรักแม่ ไม่ต้องนึก ไม่ต้องคิด มันติดอยู่ในสัญชาติญาณ ลักษณะดังกล่าวนี้ จะติดอยู่ในสัญญาเดิมเป็นส่วนของกายในกาย บุญกุศลในอดีตชาติ ก็ต้องใช้การระลึก (สติ) นี้เท่านั้น

ดังนั้น ความสำคัญของการทิ้งขนนก อยู่ที่การฝึกให้เกิด (สติ) ที่เราควบคุมได้ หมายถึง สามารถควบคุมพฤติกรรมของ "ใจ" ได้ทุกขณะ นี่คือสิ่งที่จะเกิดขึ้น จากการทิ้งขนนก เรียกว่า “อุคหโกศล” มีวาจาเป็นตัวนำ คนที่อธิษฐานแล้วไม่ได้ ๑๐๐ ทั้ง ๑๐๐ จะพูดแต่ปาก ออกเสียงปาว ๆ ไม่ได้มองเห็นภาพที่อธิษฐาน เช่นอธิษฐานให้ถูกลอต-เตอรี่ แต่ทั้งชีวิตซื้อแต่หวย แล้วมันจะรู้ไหมเนี่ยว่าลอตเตอรี่ถูกแล้วเป็นไง ....อธิษฐานไป ๑๐๐๐ปี ไม่มีวันได้ !!

คนที่จะอธิษฐานได้ จะต้องมี**ภาพ มีอารมณ์ มีความรู้สึก มองเห็นภาพ รับรู้ความรู้สึกเสมือนจริง** คล้ายกับเราคิดถึงแม่ เราเห็นภาพเราได้ความรู้สึกครบ นี้เรียกว่า "ระลึก" หรือ "สติ" ซึ่งต้องเอาอารมณ์อย่างไปตั้งไว้ที่ใจ ... ให้บอกยังไงก็ทำไม่ได้ ถึงต้องฝึก ต้องปฏิบัติ มันทำไม่ยาก แต่มันยากตรงไม่ทำ นี่แหละ!!

บางคนอธิษฐานในสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ เช่น เป็นกรรมกรแถมตกงาน แต่ไปอธิษฐานขอให้เป็นรัฐมนตรี... คิดเอาเหอะ ว่ามันจะได้ไหมล่ะ ? แต่หากว่าคน ๆ นั้นเป็น สส. นั่งอยู่ในสภา แล้วอธิษฐาน นั่นแหละมีสิทธิ์ เพราะเขาใช้ชีวิต การงาน รับรู้ความรู้สึกซึมซับ ก็ระลึกได้ และเป็นไปได้ด้วยถ้ารู้วิธีอธิษฐานที่เราปฏิบัติอยู่นี้

การทิ้งขนนกนั้น ให้ทิ้งพร้อมกับออกเสียงไปพร้อมกับระยะที่ขนนกตกลงพื้น เริ่มจาก “นะ” ก่อน จนกระทั่งเรารับรู้ได้ว่า ระยะลมเข้า ออก และขนนกที่ตกถึงพื้น รวมทั้งเสียงจากปากและใจพร้อมก้น ทั้ง ๓ ส่วน นี้เรียกว่า ผ่านตัว “นะ” จึงทำ ตัว “โม” ต่อไป ข้อสำคัญคือ ไม่พร้อมอย่างที่กล่าวนี้ ห้ามเปลี่ยนตัวภาวนาโดยเด็ดขาด = เราหวังผล ไม่ได้หวังภาพ เราไม่ได้ทำ Show ใคร ไม่ได้ต้องการให้ใครมาชมว่าเราเก่ง เรารู้ของเราเองว่าทำได้หรือทำไม่ได้ อย่าโกหกตัวเอง เมื่อทำได้จริง ๆ จึงเปลี่ยนตัวอักษร ทำอย่างนี้เรื่อยไป

เมื่อเราทิ้งขนนกไป มองตามตัวอักษรไป พร้อมกับสดับเสียงของวาจากับใจว่าพร้อมกันหรือไม่ อารมณ์ก็จะเริ่มเข้าสู่สมาธิ อารมณ์นี้ทางบาลีเรียกว่า “วิสยปฺวตฺติ” ที่เกิดขึ้นและรับรู้โดยกายนอก (ปัญจทวาร) ซึ่งบางทีเราก็เกิดอารมณ์แว้บ ๆ บางทีก็นาน ซึ่งพุทธองค์ทรงอธิบายแยกลักษณะอารมณ์ไว้ดังนี้

อารมณ์ที่เกิดขึ้นนานสุด เรียกว่า **“อติมหันตารมย์”** อารมณ์ที่เกิดขึ้นปานกลาง เรียกว่า **“มหันตารมย์”** อารมณ์ที่เกิดขึ้นสั้น เรียกว่า **“ปริตรตารมย์”** อารมณ์ที่สั้นจุ๊ดจู๋ คือ เกิดปุ๊บหายปั๊บ เรียกส่า **“อิติปริตรตารมย์”**

การระลึกอารมณ์ของความพร้อม ขณะที่กายทิ้งขนนก วาจากล่าว “นะ” ใจ กล่าว “นะ” พร้อมลมหาใจ และตามองขนนกที่ตก เรามีอารมณ์อย่างไร ยังไงก็จำไม่ได้ รับรองเพราะไม่รู้จะเริ่มต้นจำตรงไหน

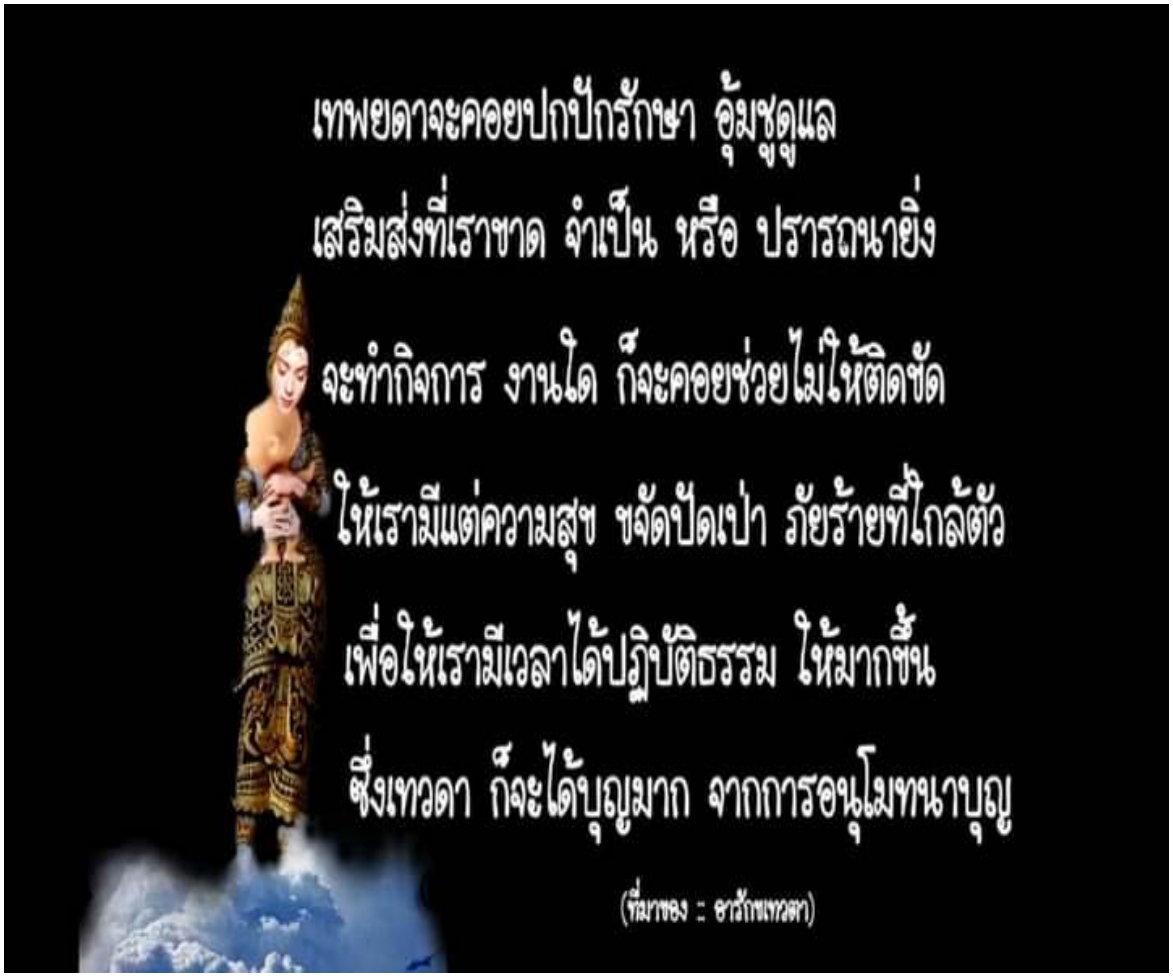
ดังนั้นท่านจึงมีวิธี Shot Cut ให้เราจำ คือ เมื่อเราทิ้งขนนกไประยะหนึ่งตามวิธีที่กล่าวแล้ว จะถึงตัวไหนก็แล้วแต่ จะเกิดอาการ ที่แปลกไปจากธรรมดา เช่น เกิดอาการหาวไม่หยุด น้ำตาไหล ขนลุก ฯลฯ อาการเหล่านี้เราจะจำได้ เพราะมันแปลกไปจากเดิม อาการนี้แหละที่เราจะเอามา "ระลึก" ว่ามันมีลักษณะเป็นอย่างไร เกิดขึ้นตอนไหน ตัวอักษรอะไร? อาการที่เกิดขึ้นนี้เรียกว่า " ปิติ " และ ปิติ ตัวนี้แหละที่เราจะต้อง “ระลึกรู้อารมณ์” ว่ามันเกิดขึ้นตอนไหน อย่างไร"

เพราะการที่เราได้ปิติ ในอักษรของนะโม... หมายถึงว่า เราได้รู้ว่าเทวดาประจำตัวเราชื่ออะไร ซึ่งเดิมตอนที่วาจากับใจ พร้อมนั้นเป็นแค่เทพยดารับรู้เท่านั้น แต่เมื่อถึงขั้นได้ปิติ คือ กาย วาจา ใจ ถึงพร้อม ในนามของเทพยดาโดยเฉพาะเจาะจง นั่นคือ การเรียกเทพยดาชื่อนั้นมาใช้ หรือ มาพบเป็นการเฉพาะ ซึ่งในกรณีที่เราติดขัดในทรัพย์ ธุรกิจ

หรือ กิจการใด ๆ ของมนุษย์โดยไม่อาจแก้ไข ก็สามารถใช้การระลึกรู้อารมณ์ที่เราได้ "ปีติ" นามแห่งเทพยดา (ตัวอะไร ใน นะ โม...ที่เกิดปีติ) นั้น ให้เทพยดาเจ้าของนามเป็นผู้เข้าจัดการ Clear ปัญหาทั้งหมดให้ ซึ่งเป็นเรื่องเหลือเชื่อ แต่ท้าพิสูจน์ได้ และมีหลักฐานยืนยันผล ๑๐๐ %

นี่คือ ผลหรืออานิสงค์ที่ได้รับ ของผู้ที่ปฏิบัติถึงขั้นอุคหโกศล สามารถเรียกใช้เทพยดา โอปปาติกะ ได้ตามใจปรารถนา เมื่อผู้นั้นได้ " ปีติ" และ มีธรรมชาติระลึกรู้ปีติได้ ชีวิตของผู้นั้นย่อมพิเศษกว่าบุคคลทั่วไป ความตกต่ำ ยากจน ลำบากทุกข์ยากในชีวิต หรืออุปสรรคทั้งปวงจะถูกขจัดสิ้นไปตลอดชีวิต ทั้งนี้เพื่อสร้างหนทางอันสะดวกแก่ผู้ปฏิบัติที่จะก้าวหน้าสู่ระดับสูงคือ **มนสิการ** ต่อไป

ด้วยอำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย อันมีพุทธานุภาพเป็นปฐม ขอจงดลบันดาลให้ทุกท่านเจริญก้าวหน้าดั่งอธิษฐาน ทุกท่าน ทุกประการเทอญ ....เจริญพร



หลังจากที่สามารถกำหนดระลึกรู้อารมณ์ ระยะขนนกที่ทิ้งลงพื้น (กายสังขาร เสียงที่เปล่งโดยวาจา (วจีสังขาร) ที่พร้อมกับเสียงจากใจ (มโนสังขาร) ได้แล้ว พฤติ (อาการ)ที่เกิดขึ้นอันจะบ่งบอกถึงความพร้อมแห่ง กาย วาจา ใจ คือ อาการที่แปลก ๆ จะเกิดขึ้น เช่น หาว ขนลุก น้ำตาไหล หวิว ๆ เหมือนขึ้นที่สูง ฯลฯ อาการนี้เรียกว่า **"ปิติ"** เป็นสภาวะที่ต่างไปจากสามัญมิติ อันเกิดขึ้นโดยปกติธรรมดาของมนุษย์ จะเกิดขึ้นในขณะที่เกิดความพร้อมของ ๓ องค์ประกอบดังกล่าวแล้วนั้น ซึ่งเป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นได้เอง เช่นเราไปอยู่ในที่สงัด เงียบ ก็เกิดการรวมตัวของกาย วาจา ใจ ขึ้นได้ เช่นขนลุกขนพอง แว๊บวับ แต่ไม่อาจควบคุมได้ ซึ่งต่างจากการปฏิบัติตามสติปัฏฐาน สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ตามปรารถนาของผู้ปฏิบัติ

การเกิดขึ้นของ "ปิติ" อันพร้อมด้วยองค์ ๓ คือ กาย วาจา ใจ นั้นมีตัวภาวนาคือ นะ..โม.. ซึ่งเป็นนามของเทวดาที่มีหน้าที่ปกปักรักษาและดูแลผู้ปฏิบัตินั้นไม่ให้ทุกข์กายทุกข์ใจ ...แต่เราตอนแรกจะจำไม่ได้ว่าเกิดที่ตัวไหน เป็น นะ..หรือ โม..ตอนเดินหน้า (อนุโลม) หรือตอนที่เปล่งวาจา นะ โม...ถอยหลัง (ปฏิโลม) ดังนั้น เราจึงต้องค้นหาตัว "ปิติ" นี้ให้พบ เพราะต้องนำไปใช้ในการอธิษฐานทุกระดับ ตั้งแต่อธิษฐานเรื่องทรัพย์ (โลกิยะ) ไปจนถึงดวงปัญญาหลุดพ้น(โลกุตระ) คือนิพพาน ก็ต้องใช้การปิติอธิษฐานทั้งสิ้น

การอธิษฐาน เป็นส่วนที่ต้องใช้ "**กายในกาย**" เท่านั้น ไม่อาจใช้กายนอก หรือกายสังขารได้ อธิบายให้เข้าใจง่าย ๆ คือ การที่เราจะตั้งเป้าหมายว่าจะขับรถไปไหน เป็นการตัดสินใจของคนขับรถ คือ "ใจ" ส่วน กาย อันได้แก่สังขาร รูปร่าง ตา หู จมูก ลิ้น นี้เป็นตัวรถ ส่วนวาจา ก็เป็นตัวเชื่อม คือ กำลังที่เหยียบคันเร่ง หรือ กำลังที่ส่งมือให้บังคับพวงมาลัยให้หมุนไปตามคนขับ (ใจ) ต้องการ เรียกว่า "ปัญจทวารวิถี" แต่การอธิษฐานใช้กายในกาย เรียกว่า "**มโนทวารวิถี**" มีวิธีปฏิบัติโดยเฉพาะ เมื่อผ่านจากขั้นอุคหโกศล (เปล่งวาจา พร้อมทิ้งขนนก) มาแล้ว วิธีเข้าสู่มิติแห่งใจนี้ภาษาปฏิบัติเรียกว่า **"มนสิการ"** คือ ปฏิบัติด้วยใจ (กายในกาย) ทั้งนี้เพื่อค้นหาตัว "ปิติ" ที่เกิดขึ้นนั้น เกิดตอนไหน ? ตัวไหน? ขณะที่ลมหาใจเข้าหรือออก? หาความแน่นอนเพื่อนำไประลึกรู้แล้วอธิษฐาน ก็จะมีคำถามมาว่า เพราะเหตุไร ? เพราะ

๑. อักขระอันทำให้เกิด "ปิติ" ตัวนั้น ๆ คือ นามของเทวดาประจำตัวเรา ที่เราจะเรียกมาปรึกษา หรือ ขอความรู้ที่เราต้องการ เช่น ข้อธรรมะที่ลึกซึ้งและไม่เข้าใจ ฯลฯ รวมทั้งแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่เราแก้ไม่ได้อย่างฉับพลันทันที ถ้าเราไม่รู้แน่นอน ก็ไม่รู้ว่าเทวดาประจำตัวเราชื่ออะไร ?

๒. "ปิติ" หรืออารมณ์ที่ได้รับนั้น ต่อไปจะนำไประลึก เพื่อแปรเป็นภาพสิ่งที่เราต้องการด้วยวิธีเฉพาะของ มนสิการ ไม่มีวิธีอื่น และต้องทำด้วยกายในกายเท่านั้น การที่จะรู้ว่า "ปิติ" ที่เกิดขึ้นเป็นอักขระใน นะ...โม. ตัวอะไรนั้น หากเราจะคอยจำ แน่นอนว่าไม่มีทางจะจำได้ จึงต้องใช้อุปกรณ์ช่วยจำ ซึ่งเรียกว่า "ปะคำ" อันเป็นเครื่องมือที่ช่วยในการจำ และค้นหาปิติ ซึ่งใช้เฉพาะและควบคุมกับการทำ "มนสิการ" อันขึ้นต้นด้วย "**คณา** (แปลว่า นับ)"

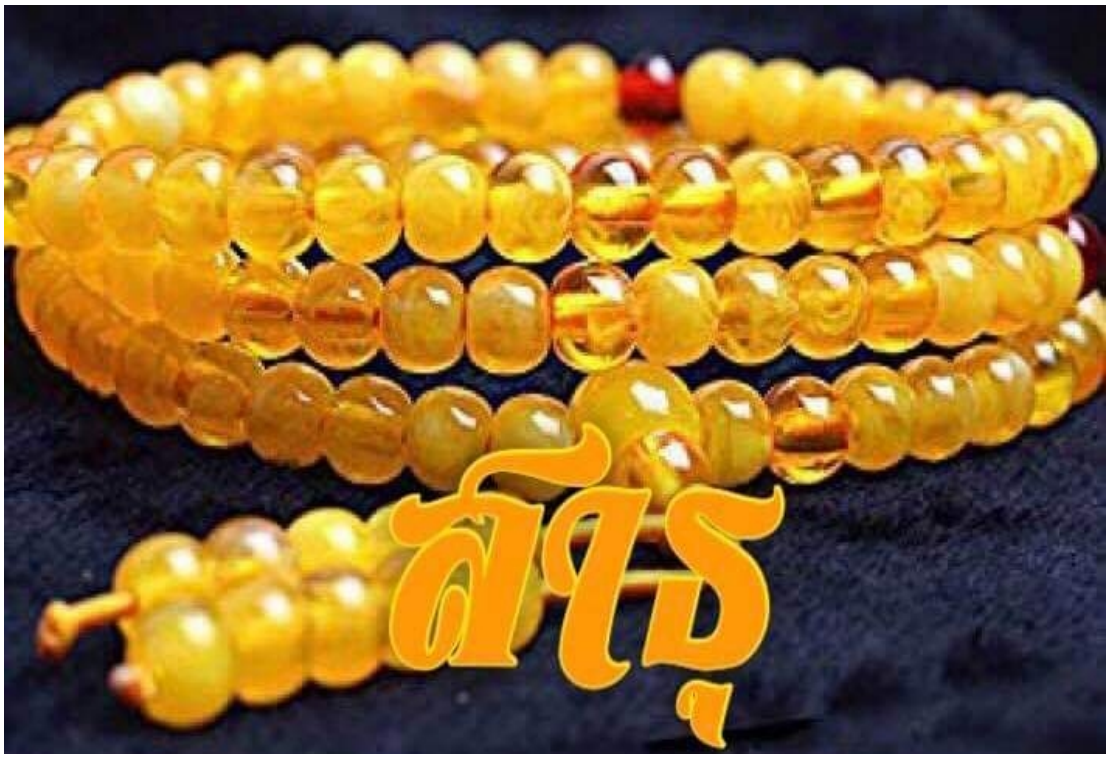
คือ การนับลูกปะคำนั่นเอง การใช้ประคำเป็นอุปกรณ์ (เครื่องช่วย) ในการค้นหาปิติ จะทำได้ก็ต่อเมื่อผ่านขั้นอุคหโกศล (ทิ้งขนนก) มาแล้ว เพื่อเข้าสู่กายในกาย ในขณะที่กายนอกรับรู้สัมผัส มีวาจาเป็นตัวควบคุมเปล่งวาจา พร้อมไปกับกาย = มือ จับ นิ้ว - เคลื่อนเขี่ยเม็ดปะคำ ในขณะหนึ่งเดียวกัน เหมือนกับการทิ้งขนนกซึ่งเป็นท่ายืน แต่การทำมนสิการ (นับประคำ) เป็นท่านั่ง สิ่งที่เปลี่ยนไปจากการทิ้งขนนก คือ เน้นให้เสียงออกมาจากใจก่อน แล้วปากออกเสียงตาม เพราะในขั้นมนสิการ เน้นการบังคับใจ เริ่มที่ใจเป็นหลักสำคัญ ฉะนั้น การทรงสภาพอยู่กับกายในกาย (ใจ) จะต้องใช้เวลามากกว่า

กายนอกที่ผ่านมา เรียกว่า "ใจนำ กายตาม" คือ เมื่อใจเอ่ยวาจา นะ ปาก (วาจา)ว่า นะ นิ้วมือ (กาย) จึงเขี่ยลูกประคำ ทำอย่างนี้เรื่อยไป ทั้งเดินหน้า (อนุโลม) และถอยหลัง (ปฏิโลม)

มีสิ่งควรทราบนิดหนึ่งถึงความแตกต่างระหว่าง การออกเสียงของ วาจา (วจีสังขาร) กับ กายในกาย (มโนสังขาร) คือ หาก ใจ (กายในกาย) นำ ปาก (วจีสังขาร) เปล่งเสียงตาม (เกือบพร้อม ๆ กัน) เรียกว่า **ภวนา** (มนสิการ คือ ทำด้วยใจ....หาก ปาก (วจีสังขาร) ออกเสียงนำ ใจ (มโนสังขาร) ออกเสียงตาม เรียกว่า **ปริกรรม** ซึ่งผลที่ได้ต่างกัน (เป็นรายละเอียดมาก ไม่ขอกล่าวถึงในที่นี้)

ในการอธิษฐาน ซึ่งสำเร็จได้ด้วยใจเท่านั้น ไม่มีหนทางอื่น การอธิษฐานยังสามารถกำหนดได้อีกว่า สิ่งที่ต้องการนั้นจะเป็นแบบไหน อย่างไร ด่วน หรือ ช้า เร่งรีบ หรือ เรื่อย ๆ เป็นแบบวัตถุจับต้อง หรือเป็นกระแส เช่น การให้เกิดความนิยมชมชอบ ยกย่องสรรเสริญ ก็สามารถกำหนดให้เป็นไปตามปรารถนาได้ ทั้งนี้ ในส่วนนี้จะต้องรู้ตำแหน่งที่ตั้งของธาตุต่าง ๆ ภายในของกายในกาย ว่าอยู่ตรงไหน มีอะไรบ้าง และให้ผลแตกต่างกันอย่างไร ? มีวิธีปฏิบัติอันได้ผลแบบไหน เราไว้ต่อกันวันพรุ่งนี้

ขอความสุขสวัสดี ลาภผลพูนทวี พบสิ่งที่ปรารถนาอันอธิษฐาน สัมฤทธิผลทุกประการดั่งใจโดยพลัน ทุกท่านเทอญ....เจริญพร



ก่อนที่เราจะก้าวเข้าสู่การปฏิบัติมนสิการ อันเป็นการทำสมาธิขั้นสูง คือทำด้วย "ใจ" ล้วน ๆ นั้น ก็ต้องทบทวนที่สิ่งที่ผ่านมา ว่าได้เรียนรู้อะไรไปบ้าง และที่แน่นอนที่สุด จะต้องเตือนกันไว้เสียแต่เนิ่น ๆ ว่า ท่านที่ได้ผ่านการปฏิบัติมาจากสำนักอาจารย์อื่น ๆ ซึ่งไม่ใช่แนวสติปัฏฐาน เช่นคุณแซม ซึ่งเป็นศิษย์ใกล้ชิด ว. ก็บอกได้เลยว่า ถึงจะศึกษาไปก็ไม่มีประโยชน์ และไม่ได้ผล เพราะ ว. ไม่ได้ปฏิบัติทางสติปัฏฐาน เสียเวลาเปล่า ที่จะมาเรียนรู้จากตรงนี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสยืนยันไว้ชัดเจนว่า หนทางปฏิบัติอื่นใดไม่มี นอกไปจากสติปัฏฐานที่เรากำลังเรียนอยู่นี้เท่านั้น เป็นหนทางเดียว นอกนั้นนอกพุทธพจน์ นอกพุทธศาสนา...จึงขอย้ำไว้ตรงนี้จะได้ไม่ต้องมีใครมาถามว่า อาจารย์โน้นว่างั้น ท่าน ว. ว่างี้ เพราะใครก็คงไม่เก่งไปกว่าพระพุทธเจ้า แน่นอน หากใครว่ามีหนทางอื่น ก็คือการกล่าวตู่พุทธพจน์...หวังว่าคงเข้าใจ

พระพุทธองค์ทรงใช้เวลาถึง สี่อสงไขยแสนมหากัปป์ เวียนว่ายตายเกิด เสวยพระชาติต่าง ๆ กว่าจะตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า และถึงนิพพาน แต่ ท่าน ว. กลับสั่งสอนสังคมไทย ว่า สามารถไปนิพพานได้ในวันเดียว .. เก่งกว่าพระพุทธเจ้าของเราอีก แล้วจะมาบวชอาศัยผ้าเหลืองของพุทธศาสนาทำไม ก็ตั้งศาสนาใหม่ ไม่ดีกว่ารึ !

การอธิษฐาน คือ การกระทำให้สำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาด้วยใจ อันเป็นที่มาของ.. สิ่งทั้งหลายย่อมสำเร็จได้ด้วยใจ...การปฏิบัติตามแนวทางสติปัฏฐาน

ข้อที่ ๑ คือ พึงพิจารณาให้เห็นกายในกาย เป็นปกติอยู่ ....กายในกาย ก็คือ "ใจ" ซึ่งเราเชื่อว่ามี แต่ไม่เคยรู้ หรือ แน่ใจ ว่ามีอยู่จริง เราจึงใช้วิธีอ่านหนังสือในใจพร้อมปากออกเสียง ใจ นั้นเรียกว่า มโนสังขาร เป็นอากาสธาตุ มองไม่เห็น แต่เรารู้ว่ามี ส่วนปากเรียกว่า วจีสังขาร เป็นปถวีธาตุ การให้เสียงปากกับใจออกเสียงพร้อมกัน ก็ใช้เวลา ๑ สัปดาห์เพื่อฝึกอ่านหนังสือในใจและปากออกเสียง

สัปดาห์ที่ ๒ หลังจากที่เสียงปากกับใจพร้อมแล้ว ก็เข้าสู่การหาที่ตั้งของใจ โดยใช้ลมสูดเข้าไปทางจมูก สุดตรงไหน ใจอยู่ตรงนั้น (จึงเรียกว่า ลมหาใจ)ให้ทำความรู้สึกว่าเปล่งเสียงออกมาจากจุดที่สุดลมหาใจที่เข้าไป

สัปดาห์ที่ ๓ การออกเสียงจากปากและใจ ก็ใช้ตัว นะ..โม..(เป็นเทวตานุสติ) เมื่อรู้ว่า "ใจ" อยู่ตรงไหนแล้ว เรียกว่า วจีสังขาร กับ มโนสังขาร รวมเป็นหนึ่งแล้ว "ตรงนี้แหละที่นำไปใช้กล่าวถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา" ซึ่งถ้าไม่กล่าวจากใจ ก็ไร้ประโยชน์ ... สัปดาห์ที่ ๓ นี้เป็นการฝึกให้กาย ร่วมกับ วาจา และ ใจ เรียกว่า**อุคหโกศล** ทิ้งขนนกโดยกาย เพื่อเปรียบเทียบความสั้นยาว ของลมหาใจ ตามหลักอาปานสติ คือ สั้นก็รู้ ยาวก็รู้ เข้าก็รู้ ออกก็รู้ การระลึกรู้นี้เรียกว่าสติ ในระหว่างการปฏิบัติจะเกิด "ปีติ" คืออาการที่บอกว่าณ ขณะเวลานั้น กาย วาจา ใจ ได้พร้อมเป็นหนึ่งเดียว=สมาธิ แต่เรายังแยกไม่ออก จำไม่ได้ว่าเป็นอักขระตัวไหน นี้คือสิ่งที่ท่านทั้งหลายได้ศึกษาและปฏิบัติมา เรียกว่าเป็นชั้นนอก หรือ ปัญจทวารวิถี คือการรับรู้ด้วยภายนอก ในทางสมาธิปฏิบัติ เป็นชั้นอุปจาร "ปีติ" ที่เกิดขึ้นและเรานำมาระลึกนั้นเรียกว่า "นิมิต" ชั้น ปฏิภาคนิมิต คือ ไม่คงที่ มีแล้วหายซึ่ง นิมิต หรือ ปีติ หากมีแล้วหาย แว๊บ ๆ วับ ๆ จับไม่ถูก จำไม่ได้ ก็ไม่สามารถนำไปใช้ในการอธิษฐานได้ เพราะการอธิษฐานนั้น คือ การยังให้มนุษ ย์และเทวดาสมประสงค์ตามสิ่งที่ปรารถนาด้วยใจ

ด้วยเหตุที่ ต้องใช้ใจล้วน ๆ เป็นตัวอธิษฐาน เปรียบเสมือนจะขับรถขึ้นเขาสูงชันรถขึ้นเองไม่ได้ คนขับต้องเปลี่ยนเกียร์ ในที่นี้คนขับก็คือใจ ส่วนรถ คือ กายซึ่งมีหน้าที่ทำตามหรือเคลื่อนไหวไปตามที่ใจ (คนขับ) บังคับ และตำแหน่งเกียร์ก็แตกต่างกัน ขึ้นกับความชำนาญของคนขับ ว่าจะเข้าเกียร์ไหน (ทางปฏิบัติเรียกว่า วสี) ตำแหน่งที่เปลี่ยนเกียร์ จะทำให้รถวิ่งเร็ว ช้า ต่างกันไป ตามความต้องการของคนขับ ...ที่กล่าวมานี้จะเห็นได้ว่า การปฏิบัติสัปดาห์ที่ ๔ จะเป็นเรื่องของใจ (มโนสังขาร) ทั้งสิ้น เรียกว่า "**มนสิการ**"

สิ่งที่ผู้ที่จะต้องการอธิษฐาน ให้สมปรารถนา ๑๐๐ % ควรต้องทราบ ถึงความแตกต่างของระยะเวลา ที่จะสำเร็จ รวมทั้งเรื่องราว เหตุการณ์ ที่ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดให้เกิดขึ้นนั้น จะเป็นไปโดยสภาวะ "**ที่ตั้งใจ**" คำว่า " ที่ตั้ง หรือ ฐาน" ที่ใจไปอยู่ ณ ขณะเวลาที่อธิษฐาน ภาษาปฏิบัติเรียกว่า "**นิยม** (อ่านว่า นิยะมะ หรือ นิยาม)" มีทั้งหมด ๕ ตำแหน่งดังนี้

ฐานที่ ๑ ตรงท้องน้อย เป็นปถวีธาตุดิน

ฐานที่ ๒ ตรงลิ้นปี่ เป็นอาโปธาตุน้ำ

ฐานที่ ๓ กลางอก เป็นเตโชธาตุไฟ

ฐานที่ ๔ ตรงลำคอ เป็นวาโยธาตุลม

ฐานที่ ๕ ปลายจมูก เป็นอากาสธาตุ

ทั้ง ๕ นิยม (ฐาน) จะให้ผลต่อคำอธิษฐานของผู้ปฏิบัติแตกต่างกันไป ทั้ง ๆ ที่เป็นเรื่องเดียวกัน เปรียบเสมือนเกียร์รถ คนขับต้องรู้ และชำนาญว่าเหมาะสมจะใช้เกียร์ไหน ในสภาพหรือสถานการณ์อะไร ? ... ซึ่งเราจะเรียนรู้ต่อไปในวันพรุ่งนี้

ขอความสุขสวัสดี มีโชค พบสิ่งที่เป็นมงคล ลาภผลพูนทวี หน้าที่การงานเจริญ ได้รับการยกย่องสรรเสริญในกิจการที่ทำ ทุกประการ เทอญ.....เจริญพร

การจะอธิษฐานให้ได้ ๑๐๐ % นั้น ต้องทำตามขั้นตอน อย่างที่ได้เรียนไปแล้ว อย่าใจร้อน ทำไปอาทิตย์ละข้อ ตั้งใจทำอย่าโกหกตัวเอง เราลำบาก ทนทำในสิ่งที่ไม่รู้ว่าจะได้หรือไม่มากว่า ๒๐ - ๓๐ กว่าปี ยังทนได้ แต่นี่เพียงแค่เวลา ๑ เดือน เพื่อการเปลี่ยนชีวิต Bye Bye กับความทุกข์ ทำไมเราจะทำไม่ได้ ท่านใดที่ยังอธิษฐานไม่ได้ หรือ ได้มั่งไม่ได้มั่ง ตามเฮง ตามซวย คืออยากได้ อยากดี อยากมี อยากเป็น แต่ไม่อยากทำ... โปรด Please... กรุณา เริ่มทำ และตรวจดูว่าเราข้าม หรือ ขาดตรงไหน จากขั้นตอนที่ผ่านไปแล้ว

ก่อนที่จะเข้าสู่การปฏิบัติระดับสูง คือ เข้าสู่มิติแห่ง "ใจ" ล้วน ๆ ในขั้นของ มิติ "ใจ" จะต้องฝึกความชำนาญ โดยนำเอาสิ่งที่ได้ฝึกฝนมาแล้วทั้งหมดมาใช้ เปรียบเหมือนการหัดขับรถ (ร่างกาย) ตอนต้นก็ต้องหัดควบคุมพวงมาลัย (จิต) ไม่ให้แกว่งไปมา หรือตกถนน นี่คือขั้นต้นจึงจะไปถึงปลายทาง คือ ต้องประคองจิตไม่ให้สอดส่ายไปมา คิดนอกเรื่อง พุทธพจน์มีว่า ธรรมชาติใดคิด ธรรมชาตินั้นเรียกว่า " จิต " เป็นแค่พวงมาลัยที่ควบคุมให้รถ (ร่างกาย) อยู่บนเส้นทางที่เราต้องการ จึงมีพุทธพจน์ว่า

จิตเต อสงฺกลิเถ สุขติ ปาติกงฺขา จิตที่ฝึกดีแล้ว ย่อมนำสุขมาให้ ส่วนจะไปถึงจุดหมายหรือไม่ อยู่ที่คนขับคือใจ จึงมีพุทธพจน์ยืนยันไว้ว่า ทุกสิ่งสำเร็จได้ด้วยใจ เราใช้ลมหาใจ ค้นหาว่าใจอยู่ที่ไหน ซึ่งเชื่อว่าทุกท่านรู้อยู่แล้ว ...เราควบคุมความสั้นยาวของลมหาใจ ด้วยกาย (มือ) ที่ปล่อยขนนก ให้วาจาเปล่งเสียงพร้อมใจ ได้ระยะเดียวกับ

ลมหาใจ ซึ่งนั่นหมายถึงว่าเราผ่านขั้น อานาปานัสติ คือ รู้ความสั้นยาวของลมหาใจเข้าและออก ในการหาใจเข้าและออกนั้น โดยสภาวะความเป็นจริงของธรรมชาติ จะมีอยู่ ๓ จังหวะด้วยกัน

คือ ๑ ลมหาใจเข้า ๒ ลมนั้นเข้าไปอยู่ในปอดระยะหนึ่ง (เพราะหากลมไม่เข้าปอด=ลื้อซี้แหงแก๋) และ ๓ ลมหาใจออก จึงเป็น ๓ จังหวะ ในแต่ละจังหวะให้ผลบุญต่างกัน ในทางเป็นผลบุญ (อันนี้จริงแล้วเป็นธรรมะระดับสูงนะ แต่ไม่เป็นไรบอกไว้ประดับความรู้) คือ

ลมหาใจเข้า เรียกว่า **ขั้นปริต** ลมหาใจที่เข้าไป**อยู่นิ่ง** เรียกว่า **ปราณีต** ส่วน**ลมหาใจออก** เรียกว่า **มัชฌิมะ** ลมที่ได้**บุญสูงสุด** คือ **ขั้นปราณีต** ซึ่งเราเรียกว่า “**ตั้งลม**” ในขณะที่เราทิ้งขนนก ออกเสียงปากและใจ พร้อมลมหาใจ จะเกิดระดับของสมาธิ เป็นระดับความถี่ที่สูงมาก ระดับคลื่นความถี่นี้เกิดจากความพร้อมของ กาย วาจา และ ใจ ที่รวมกันเป็นหนึ่ง จึงเกิดสภาวะไฟฟ้าสถิต กระตุ้นต่อมต่าง ๆ ในร่างกายให้ทำงาน จึงเกิดอาการที่แปลกไป เช่น ง่วง หาว น้ำตาไหล ขนลุก ฯลฯ ภาษาปฏิบัติ เรียกว่า “**ปิติ**” ความพร้อมของ กาย วาจา ใจ นี้เป็นสิ่งสำคัญยิ่งในทางปฏิบัติของพระพุทธศาสนา ไม่ว่าการทำบุญ การอธิษฐาน หรือการบรรลุธรรม ไปนิพพาน ก็ต้องถึงพร้อมด้วย กาย วาจา ใจ ในทางสติปัฏฐานที่เราปฏิบัติกันนี้ทางเดียวเท่านั้น

แต่ที่สำคัญคือ เมื่อเกิดขึ้นแล้วเราจำไม่ได้ ด้วยเหตุนี้จึงมีคำภาวนาให้เป็นตัวกำหนดว่าเกิดที่ตัวไหน นะ หรือ โม.....

แม้กระนั้น ก็ยังจำไม่ได้อย่างแท้ ๆ ไม่ได้อีก แต่อานิสงค์ของการถึงพร้อม คลื่นที่กล่าวแล้วนั้นประกอบด้วย อักขระรหัสของเทพยดา ซึ่งเราได้กล่าวออกไป จะได้รับคลื่นนี้ จึงรับรู้และปกป้องผู้ปฏิบัติไม่ให้ทุกข์ ไม่ว่าเรื่องหนี้สิน ครอบครัว การงาน ธุรกิจ ฯลฯ จะมีเทวดาคอยดูแลให้เรา เพื่อให้เราสุขใจ จะได้ปฏิบัติยิ่ง ๆ ขึ้นไป และเทวดาก็จะได้บุญโดยการอนุโมทนาจาการปฏิบัติของเรา

ทีนี้เมื่อเราผ่านขั้นตอนที่ว่ามาแล้ว ขั้นแรกจะเข้าสู่ภาค**มิติแห่งใจ** หรือ "**มโนทวารวิถี**" เราต้อง **รู้ตำแหน่งที่ใจ จะไปตั้งอยู่** (คือที่สุดของลมหาใจ) ว่า เมื่อไปอยู่ตำแหน่ง (นิยม อ่านว่า นิยะมะ) หรือ ฐานนั้น ๆ จะให้ผลอย่างไรกับเจ้าของลมหาใจที่ปฏิบัติอยู่

ฐานที่ ๑ คือ **ปถวีธาตุดิน** คือ สรรพสิ่งทั้งหลายอันสามารถสัมผัส แตะต้องได้ เช่น ธนบัตร บ้าน รถ ยศ ตำแหน่ง หรือ อะไรก็แล้วแต่ที่เราจับต้องได้ ไม่ใช่แค่ ความ-รู้สึก ฐานนี้จะปรากฏให้เป็นเช่นนั้น

ฐานที่ ๒ คือ **อาโปธาตุน้ำ** ก่อให้เกิดสภาวะอารมณ์ที่อ่อนโยน ส่วนใหญ่เป็นเรื่อง ความนิยมชมชอบ เช่น หากผลิตสินค้าต้องการ ให้คนนิยม หรือเป็นดารา นักแสดง นัก ร้อง นักเทศน์ ต้องการให้เป็นยอดนิยม ฐานนี้จะปรากฏผลเช่นนั้น

ตามภาพจะเห็นว่ามีอยู่ ๕ นิยะมะ ตั้งแต่ท้องน้อยถึงปลายจมูก ความแตกต่างนี้จะ ใช้สำหรับการอธิษฐานโดยเฉพาะ ดังนี้

ฐานที่ ๓ เตโชธาตุไฟ ก่อให้เกิดสภาวะเผาไหม้ โดยจริงแท้แล้วใช้เผากิเลส ตัณ-หา ราคะ ซึ่งต้องใช้ตำแหน่งนี้

ฐานที่ ๔ วาโยธาตุลม ก่อให้เกิดสภาวะความรวดเร็ว สิ่งใดที่ต้องการให้เกิดขึ้น ทันทีทันควัน ขณะนั้น เวลานั้น ฐานนี้ให้พลังเช่นนั้น การเริ่มต้นของผู้ปฏิบัติ

ในชั้นต้น จะต้องตั้งที่ปถวีธาตุดิน เพราะเป็นที่ตั้งแห่งธาตุทั้งหลาย อาจมีคำถาม ว่าเพราะเหตุใด จึงต้องมาปฏิบัติแล้วหายใจไปตั้งไว้ตรงนิยะมะของธาตุ ต่าง ๆ ไม่ทำได้ หรือไม่ และเกี่ยวกันกับการปฏิบัติอย่างไร ?

ฐานที่ ๕ อากาสธาตุ ก่อให้เกิดสภาวะ "มีในไม่มี" เช่น รถทั้งคันวิ่งผ่านเราไป เหมือนชน แต่เรายังอยู่ รถก็ผ่านไปเหมือนกับผ่านความว่าง หรือ การเป็นคดีความ หรือ

เรื่องร้ายต้องการให้ผ่านพ้นไป ฐานนี้จะเป็นฐานที่ตั้งลมยากที่สุด การหลุดพ้นก็ใช้ฐานนี้เป็นจุดกำหนด เรียกว่า “จงอยจมูก” หรือ ปลายจมูก แถมยังต้องมีการนึก "นิมิต" อีก ตะหาก...นอกตำรา นอกพระไตรปิฎกล่ะมั้ง

ตามหลักแห่งสติปัฏฐาน พระพุทธองค์ทรงกำหนดไว้ชัดเจนว่า "....พึงพิจารณาตามเห็นกายในกาย ว่าเป็นปถวี (ดิน)...ว่าเป็นอาโป(น้ำ)...ว่าเป็นเตโช(ไฟ)...ว่าเป็นวาโย (ลม)...การตามเห็นกายในกายประกอบด้วยธาตุทั้งปวง จึงชื่อว่า มีปกติตามเห็นกายในกาย..." หลาย ๆ ท่านก็จะมีคำค้านอีกแหละว่า อ้าว...เรื่องธาตุ มันเป็นเรื่องของฤาษี ไม่ใช่ของพุทธ ผิดทางหรือเปล่า ? พระพุทธองค์ทรงยืนยัน การปฏิบัติไว้ชัดเจนว่า..... **นิมิตฺตำ อสฺสาสาปสฺสาสา อนารมฺมณเมกจิตฺตสฺส อชานโต จ ตโย ธมฺเม ภาวนา นุลพฺติ ฯ** “ผู้ไม่รู้นิมิต ไม่อาจควบคุมนิมิตไว้ได้ ย่อมไม่อาจแยกสภาวธรรมทั้งสาม คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ของสังขารทั้งหลายได้....”

ดังนั้น **นิมิต** และ**จุดตำแหน่ง** หรือ **นิยะมะ** จึงมี**ความสำคัญอย่างยิ่งยวดสำหรับผู้ปฏิบัติ** แม้เป็นเพียงเริ่มต้นก็ต้องใช้ ถึงบรรลุนิพพาน จะขาดเสียมิได้ โดยเฉพาะหากปราศจากเสียซึ่ง "**นิมิต**" ย่อมมิอาจอธิษฐาน เมื่อไม่อาจอธิษฐาน ย่อมไม่อาจบรรลุธรรม .....ไม่ต้องหวังว่าจะถึงนิพพาน นิมิตที่กล่าวนั้น ก็คือ " **ปิติ** " ที่เรากำลังจะค้นหาให้พบแท้ ๆ ว่าเป็นตัวไหน เกิดขึ้นตอนไหน ซึ่ง เราจะต้องใช้ "**ใจ**" เท่านั้นเป็นตัวจับอารมณ์ เนื่องจากเลยจากสภาพความคิด (จิต) ไปแล้ว เพราะการอธิษฐาน จะใช้แค่คิดเอาเองไม่มีวันเกิดขึ้นจริงได้ จึงต้องใช้ "**ใจ**" เป็นตัวกำหนด ตามวิธีที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ในสติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค เท่านั้น.... พรุ่งนี้ เราต่อกันที่วิธีการปฏิบัติขั้น มโนทวารวิถี ส่วน มนสิการ ....

ด้วยอำนาจแห่งพุทธานุภาพ สิ่งใดอันประเสริฐเลิศล้วน และควรได้ ขอทุกท่านจงสมปรารถนาในสิ่งนั้น อันได้อธิษฐานแล้วด้วยใจ โดยพลันทุกท่าน ทุกประการเทอญ .....เจริญพร

เมื่อเรารู้แล้วว่า ฐานที่ตั้ง หรือ นิยะมะ นั้นมีความแตกต่างอย่างไร ตั้งอยู่ตรงไหน ภายในร่างสังขารนี้แล้ว ท่านผู้ปฏิบัติที่ได้ผ่านขั้นตอน ๑ ๒ ๓ แล้ว ตอนนี้ก็เข้าสู่ขั้น "**มนสิการ**" มน อ่านว่า มะนะ แปลว่า **ใจ** สิการ มาจากคำว่า สักการะ แปลว่า การปฏิบัติด้วยความถึงพร้อม รวมคำแปลคือ **การปฏิบัติเพื่อการถึงพร้อมด้วย กาย วาจา และใจ** ... ก็คราวนี้แหละ จะได้รู้กันซะทีว่า บุญ ที่ทำ ๆ กันไว้ ทำอย่างไรจะเอาออกมาใช้ได้ซะที บางคนทำบุญเป็นร้อยล้าน เพียงแค่คำว่า ...ใสสสสส นะจ๊ะ..! กระเป๋าเบาไปแล้ว เงินออกธนาคารไปเข้าวัดแล้วหลายปี บุญไม่เห็น ไม่รู้ว่าหน้าตาเป็นไง ทนลำบากกันต่อไปรึไง ? คนที่บอกเขาว่า ใส...นะจ๊ะ = เสียงหล่อ คอเอียง ใส่แว่นเก๋ ก็ไม่เห็นรับผิดชอบ .. ชาติหน้าเป็นนางฟ้าละกัน แต่ชาตินี้เป็นขี้ข้าถูกหลอกไปก่อนนะ... เฮ้อ..กรรม

ความจริงแล้ว **บุญนั้นสำเร็จด้วยใจ** และเวลา**เบิกบุญ**ใช้ก็ต้อง**เบิกด้วยใจ** มีวิธีเฉพาะที่พระพุทธองค์ทรงสอนหนทางให้ เรียกว่า **สติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทา** ทางอื่นทำไม่ได้ นอกจากหนทางที่เรากำลังเรียน และ ปฏิบัติอยู่นี้เท่านั้น การเบิกบุญที่เราทำนั้นต้องมีวิธีเฉพาะจริง ๆ เหมือนการฝากธนาคาร ต้องรู้ว่าแบบฟอร์มอะไร ฝากแบบไหน เพราะเวลาเบิกไม่เหมือนกัน ต้องลงชื่อ และหมายเลขด้วย การทำบุญก็ต้องมีแบบ คือต้องใช้กาย วาจา ใจ ให้ถึงพร้อมแบบที่เราฝึกกันนี่แหละ ไม่ใช่ทำใส่ซองผ้าป่า หรือ ไปสร้างพระสายล่อฟ้าประจำตัว อะไรทำนองนั้น คือ หากไม่ถึงพร้อมด้วยกาย วาจา ใจ ไม่ได้บุญ เหมือนไม่กรอกแบบฟอร์ม ไม่ลงชื่อ ก็เบิกไม่ได้ บุญเราทำกันมาไม่รู้ต่อกี่ชาติ เอาว่าเริ่มจากที่เราพ้นสภาพไตโนเสาร์ (เพราะพัฒนามายังงั้นตามหลัก Bio) เราก็เริ่มทำบุญ หากคิดว่าฝากธนาคาร คงไม่รู้กี่พันล้าน แต่เรากลับทนยากจน ใช้เงินวันละพัน

บาท ...น่าฉงฉาน เพราะไม่รู้ว่าสมุดฝากอยู่ไหน จำหมายเลขบัตรไม่ได้ ใส่ตู้ ATM กดไงก็ไม่ออก และนี่คือสิ่งที่เราอดตาหลับ ขับตานอน มานั่งเขียน iPad สอนก็เพื่อเอาบุญและได้ผลบุญทันทีตามปรารถนา

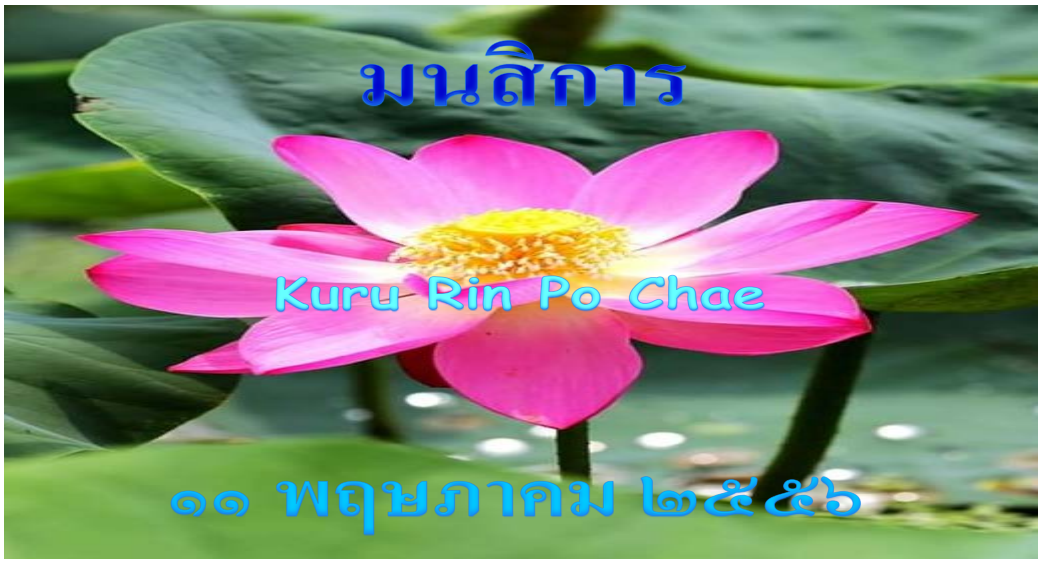
คำถามคือ การเริ่มต้นเข้าสู่มิติแห่งใจ หรือ มโนทวารวิถี นั้น เรียกตามภาษาปฏิ-บัติเป็นขั้นตอนคือ มนสิการ..ต้องใช้**อุปกรณ์ร่วมด้วย** เพื่อควบคุมกายนอก (กายสังขาร) ให้อยู่ในอำนาจ นั่นคือ **ปะคำ**...ปะคำ มีความจำเป็นต้องใช้เป็นเครื่องมือกำหนดรู้ เพื่อให้เกิดสติ คือการระลึกรู้ ปะคำเปรียบแล้วเหมือนเข็มไมล์ ที่อยู่หน้ารถจะบอกเราว่ารถวิ่งเร็วเท่าไร หากไม่มีเข็มไมล์ เรารู้ว่าเร็ว แต่ไม่รู้ว่าเร็วแค่ไหน ในสภาพความเป็นจริง คือ เรารู้ว่า "ปิติ" คือ อาการที่แปลกไปจากปกติ ได้เกิดขึ้นขณะที่เราทิ้งขนนก(กายนอก) เปล่งเสียงด้วยปาก(วาจา) และ เสียงจากกายในกาย(ใจ) พร้อมกัน คำว่า พร้อมกันจะรู้ได้อย่างไร

ก็รู้จากอาการที่แปลก เช่น ง่วง หาว ขนลุก น้ำตาไหล ฯลฯ นั้นคือลักษณะของความถึงพร้อมของ กาย วาจา ใจ ที่กล่าวแล้ว แต่อาการที่เกิดขึ้น เราไม่รู้ว่าเกิดตอนไหน อักษรอะไร เป็นระยะลมหาใจเข้า หรือ ลมหาใจออก จึงต้องใช้ปะคำเป็นอุปกรณ์ช่วยให้เราระลึกรู้ได้

โดยเริ่มเอาปะคำมาถือไว้ หายใจเข้าไปพร้อมคำภาวนา นะ..ในใจ จากนั้นให้สังเกตตามลมลงไปว่าลมไปสุดที่ไหน ให้หยุดลมหาใจไว้ตรงนั้น เริ่มต้นใหม่ ๆ ให้หายใจให้ลึกจนถึงปถวีธาตุ คือ ท้องน้อย และให้หยุดลมหาใจไว้ชั่วขณะ ก่อนจะหายใจออก **การหยุดลมหาใจนี้ เป็นสิ่งที่จำเป็นต้องทำ** เพราะเป็นขั้นตอนที่สำคัญที่สุดเรียกว่าที่สุดของที่สุด จะอธิษฐานได้หรือไม่ อยู่ที่การหยุดลมหาใจนี่แหละ ซึ่งในสติปัฏฐานเรียกว่า ระงับอัสสาสะปัสสาสะ ในภาษาที่รู้ ๆ กันจำง่ายคือ "**ตั้งลม**" ที่ต้องตั้งไว้ก็เพื่อให้รู้ว่า ที่เกิดปิตินั้น ใช่อักขระที่ภาวนา ตัวนั้น ๆ แน่หรือเปล่า เมื่อหยุดลมหาใจ เท่ากับลมหาใจเข้าแล้ว ก็ปล่อยลมหาใจออกให้เท่ากับที่ตั้งลมไว้ นิ้วมือซ้ายเขี่ยลูกปะคำไปทางขวา ๑ เม็ด ทำอย่างนี้ไปทุกอักษร แล้วย้อนกลับ (ปฏิโลม) การเขี่ยลูกปะคำเมื่อจบรอบลมหาใจ (เข้า-ตั้ง-ออก) เรียกว่า ๑ รอบ=ปะคำ ๑ เม็ด เป็นการปฏิบัติของมนสิการ **ขั้นที่ ๑** เรียกว่า **คณา** แปลว่า นับ ในขณะที่เราทำ คณา ก็ให้เอาใจเข้า ตั้ง ออก ตามลมหาใจ พร้อมเสียง ทุกอักษรเรื่อยไป นี้เป็น**ขั้นที่ ๒** เรียกว่า **อนุพันธนา** คือติดตามลมหาใจ

และคำภวนา ในช่วงการติดตามนี้แหละ ที่จะทำให้เรารู้แน่ ๆ ว่า จ้า "ปิติ" มันเกิดตอนไหน เมื่อไร หนีเราไม่พ้นแน่นอน จับเจ้าปิติได้เมื่อไร ร้อง ไชโย ได้เลย...พรุ่งนี้ เรามาตามเจ้าปิติกันต่อ

ขอความสุขสวัสดี จงมีแด่ทุกท่าน ความปรารถนาใด แม้จะคล้ายความฝัน หากความปรารถนานั้นเป็นไปในทางกุศล ก็ย่อมสัมฤทธิ์ผลด้วยใจ ที่ท่านได้อธิษฐานจงทุกประการเทอญ ....เจริญพร



หลาย ๆ ท่านที่เคยผ่านการปฏิบัติแบบอื่น ๆ อันมิใช่สติปัฏฐาน กันมาแล้ว คงจะไม่เข้าใจ ว่าทำไมต้องทิ้งขนนก ทำไมต้องออกเสียงให้พร้อมกับใจ และเหตุใดต้องตั้งลมไว้ที่ฐานแห่งใจ โปรดทำความเข้าใจเสียแต่ในตอนนี้ว่า หนทางอื่นใดที่จะเข้าถึงพุทธานุภาพอันเป็นบันใดขั้นต้นของพระอริยบุคคลนั้นไม่มี หนทางจะเข้าสู่มิติแห่งมโนทวารวิถีต้องเป็นสติปัฏฐานเท่านั้น นี้คือพุทธพจน์ เพราะเหตุใด

...ในข้อแรกแห่งสติปัฏฐานพระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ชัดว่า ให้เข้าถึง**กายในกาย** คือ **ใจ** ... เพราะสิ่งทั้งหลายย่อมสำเร็จได้ด้วย**ใจ**..... จะทำสิ่งใด ๆ ก็ต้องอธิษฐาน จะอธิษฐานได้ก็ต้องอาศัย**ใจ**เท่านั้น แม้แต่จะไปนิพพาน ก็ต้องอธิษฐาน ซึ่งถ้าหากเข้าไม่ถึงใจ (กายในกาย) ก็ Bye Bye กับการปฏิบัติไปได้เลย ว่าไม่มีทางสำเร็จ หรือ จะทำอะไรก็ไม่สำเร็จ เพราะสิ่งทั้งหลายสำเร็จได้ด้วย ใจ ทีนี้ ผู้ที่คิดว่า ตัวเองเป็นผู้ที่รู้ไปหมด ธรรมะรู้หมดทุกเรื่องทุกคัมภีร์ ก็จะมีคำถามอีกว่า แล้วการที่มาปฏิบัติเพื่อหาใจ เข้าถึงใจ บังคับใจ จะลด ละ เลิก กิเลส ยังไง....(พวกเตรียมบรรลุเป็นอรหันดิบ) ก็จะเฉลยเสียตรงนี้ จะได้หมดคำถามในภายภาคหน้า ....

การที่เข้าถึงกายในกาย (ใจ) และบังคับใจได้นั้น ก็เพื่อตัดกายนอก (กายสังขาร) ออกไป เพราะกายนอกเปรียบเสมือนรถ กินน้ำมันเป็นอาหารให้เคลื่อนที่ได้ ส่วน**ใจ** หรือกายในกายคือคนขับรถ กินข้าวเป็นอาหาร นี่คือความแตกต่างแบบง่าย ๆ กายนอก (ร่างกาย) นั้น มีความต้องการสิ่งที่เข้ามากระทบ คือ อารมณ์ ๕ ทางด้วยกัน เรียกว่า **ปัญจทวารวิถี** การเข้าสู่กายในกาย (ใจ) ก็เพื่อตัดความต้องการอารมณ์ภายนอกอันได้แก่ รูป ที่เกิดโดยตา เสียง ที่รับรู้โดยหู กลิ่น ที่รับรู้สึกโดยจมูก รส รับรู้โดยลิ้น และ โผสทัพพะ การสัมผัสทางกายสังขาร เมื่อเข้าสู่กายในกาย คือ ใจ ทั้ง ๕ ช่องทางนี้จะถูกตัดหรือ ปิดกั้นหมดโดยสิ้นเชิง กิเลสทั้งหลายก็เบาบางแทบไม่เหลือ ไม่ว่าใครจะเอาอะไรมาล่อลวง ก็ไม่หลงใหล เพราะกายในกาย คือ ใจ จะรู้เท่าทัน

ธรรมารมย์ คือ ที่ตั้งของอารมณ์ (ธรรมะ แปลว่า ที่ตั้ง +อารมณ์) นี่แหละเราจึงต้องหาที่ตั้งของใจ และระลึกรู้อารมณ์ พร้อมกับควบคุมอารมณ์โดยนำไปตั้งไว้ในตำ-แหน่ง (นิยะมะ หรือ ฐาน ที่ต้องการ) ได้ตามปรารถนา ทางปฏิบัติเรียกว่า สติ = ระลึกรู้อารมณ์+ ปถ=เบื้องแรก+ ฐาน = ที่ตั้ง จึงเป็นคำว่า **สติปัฏฐาน** คือ **มีสติระลึกรู้ฐานที่ตั้งอารมณ์เป็นสิ่งแรก** อารมณ์ที่นำมาใช้ตั้ง ณ ฐาน ก็คือ **อารมณ์**ที่เราจำได้จากอาการที่เกิด " **ปิติ** " แต่ ก็ยากเหมือนกัน ท่านจึงให้จำคำภาวนา ซึ่งเป็นอักขระ นะ..โม.. ฯลฯ

คอยตามดูว่า ตัวไหนที่ทำให้เกิดปิติ (อาการที่แปลกไปจากธรรมดา) โดยกายนอก (นิ้วมือ) ก็คอยระวังนับเมื่อครบรอบ เข้า - ตั้ง - ออก ก็นับปะคำไปเม็ดหนึ่ง อย่างนี้

ทีนี้ เมื่อนับไปสักพักก็จะเกิดปิติขึ้น สมมุติว่าเป็นตัว นะ ก็ให้ลองทำใหม่ซ้ำดูอีกว่าเป็นตัว นะ จริงหรือเปล่า และ เป็นตอนที่เราว่าตัวนะ เดินหน้า (อนุโลม) หรือ ว่าตัวนะ ถอยหลัง (ปฏิโลม) เอาให้แน่ ๆ จะ ๆ เพราะเนื่องจากว่า ตัวอักขระที่เรากล่าวนี้ เป็นภาษาเทพยดา เป็นชื่อของท่านแต่ละองค์ เมื่อเรารู้แน่ ๆ ว่าเป็นตัวไหน เราก็จะรู้เลยว่าเทพยดาประจำตัวเราคือองค์ไหน ชื่ออะไร ให้จำอารมณ์ให้ได้

ต่อไปก็ใช้เฉพาะ**อารมณ์ของตัวที่เกิดปิตินั้น มาเป็นตัวภาวนา** คำว่า ภาวนา เอาไปใช้อะไรได้บ้าง สมมุติว่าเราต้องการรู้เรื่องการค้า ธุรกิจ ที่เราไม่เคยรู้มาก่อนว่าทำอย่างไรจะสำเร็จ อยากรู้จริง ๆ ก็ให้เราระลึกถึงอารมณ์ที่เราเกิด "ปิติ" ตัวอักษรนั้น แล้วกล่าวนามเทพยดาประจำอักขระนั้น สิ่งที่จะได้สดับคือ "**เสียง**" ที่เราจะได้ยินเหมือนกับโทรศัพท์กัน (เพราะเราผ่านการฝึกฟังเสียงใจเราโดยการอ่านหนังสือ ทิ้งขนนกมาแล้ว)

นี่เป็นเสียงที่ผ่านจากอีกภพหนึ่งสู่เรา ทั่วไปก็เรียกว่า "ลับแล" คือ มองไม่เห็นนั่นแหละ

เมื่อมีการติดขัดเรื่องทรัพย์สินเงินทอง ก็เหมือนกัน สามารถที่จะปรึกษาปวงเทพยดาเหล่านี้ได้ เพราะท่านเหล่านี้จะต้องคอยช่วยเหลือเรา เพราะต้องรอรับอนุโมทนาบุญจากเรา นี่เรียกว่า สมบัติเทวดา เริ่มแรกจะเป็นเสียง ต่อเมื่อ ตั้งลมได้ คือ เห็นกายในกายของเรา ก็จะเห็นเทพยดา ซึ่ง "พระพุทธองค์ทรงสั่งให้ผู้ปฏิบัติทุกคนต้องกระทำให้ได้จนเป็นเรื่องปกติวิสัย" ....

"**พึงพิจารณาให้เห็นกายในกายเป็นปกติอยู่**" และเป็นข้อแรกของสติปัฏฐานอีกด้วย ซึ่งแน่ละ ... หลาย ๆ ท่านที่ผ่านมาหลายสำนัก หรือ บางคนที่เพิ่งผ่านเข้ามาอ่าน ก็หัวเราะคิดว่าเป็นเรื่องเหลวไหล ฝันเพ้อ.. ก็ขอให้ไปต่อว่าพระพุทธองค์ที่ทรงสอนไว้ชัดเจนในสติปัฏฐานสูตร ละกัน และท่านยังย้ำไว้อีกว่า **.. เอกมคฺโค เอว...** ทางสายอื่นนอกจากนี้ไม่มี = คุณปฏิบัติอย่างอื่นนั้นผิดทาง

ดังนั้น เมื่อเข้าสู่ระดับของมโนทวารวิถี หรือ มิติแห่งใจ อันเป็นสภาพที่เราเข้าไปอยู่ในภพเดียวกับโลกของโอปปาติกะ (ภพ=ภว นา= มนัส คือ ใจ) หมายถึง **มิติ** หรือ **ภพของใจ** อันเป็นสภาพเดียวกับโอปปาติกะ หรือเทพยดา ซึ่งอยู่ในภูมิเดียวกับมนุษย์ จึงสามารถติดต่อกันได้ ไม่ใช่เรื่องแปลก แต่ผู้ที่ปฏิบัติแล้วติดต่อเทวดาไม่ได้นี่ซิแปลก

มาถึงตรงนี้ หากใครคิดว่า ทำไงจะได้ยินเสียงเทวดา ก็ต้องฝึกออกเสียงปากกับใจให้ตรงกัน แล้วได้ยินเสียงตัวเอง และฝึกในทางกลับคือเสียงจากใจนำปากตาม อย่างที่เคยกล่าวไปแล้วแต่ต้น นี้คือขั้นตอนที่เราผ่านกันมาแล้ว เหมือนกับขับรถ พอเป็นแล้วอะไร ๆ ก็ง่าย ขับไป คุยโทรศัพท์ไป ตาดู หูฟังโทรศัพท์ ปากคุย แถมเหยียบคันเร่งเปลี่ยนเกียร์แซงชาวบ้านได้อีกด้วย...ถามว่าทำได้ยังไง...แล้วลองนึกดูตอนที่ฝึกขับใหม่ ๆ พวงมาลัยกำแน่นยังตกถนน...เหมือนกันแหละจ้า... เมื่อหายใจเข้า ให้ระลึกตามเข้าไปตั้งลมไว้ขณะหนึ่ง (จะคุยกับเทวดาได้ ต้องตั้งลมเป็น) แล้วระลึกตามลมหายใจออกนี้คือการสำเร็จส่วนขั้นที่ ๒ แห่งมนสิการ เรียกว่าอนุพันธนา คือติดตามอารมณ์ครบรอบ

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ทุกท่านทำได้โดยไม่เกินความสามารถ ท่านใดที่ขาด กลับไปอ่านทบทวนของเก่า ท่านที่ยังทำไม่ได้ตรวจดูว่าขาดตรงไหน ท่านที่เคยทำมาจากสำนักอื่น วางของเก่าไว้ก่อน ถ้าจะปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า...รับรองว่าความสำเร็จอยู่ไม่ไกล นี่แค่ขั้นที่ ๒ ของมนสิการเท่านั้น

ขอความสุขสวัสดี มั่งมีในทรัพย์ ปราศจากโรคาพยาธิ รื่นเริงในธรรม ก้าวหน้าในการปฏิบัติ สมปรารถนาในสิ่งที่อธิษฐาน จงทุกประการเทอญ...เจริญพร

การที่เราได้ปฏิบัติเข้าสู่มิติแห่งใจ อันเป็นสภาพเดียวกันกับโอปปาติกะ ซึ่งเป็นภูมิเดียว กับเทพยดา การเปล่งเสียงออกมาจาก "ใจ" คลื่นความสั่นสะเทือนที่ออกมานั้น จึงแตกต่างกันกับการเปล่งจาก "ปาก" หรือ "ลำคอ" โดยอาการปกติคนทั่วไป เพราะนั่นเป็นกายนอก แต่ใจเป็น "กายในกาย" ฉะนั้น เสียงที่เปล่งออกมาโดยใจ จึงเป็นภาษาใจ อีกทั้งเป็นไปด้วยความถึงพร้อมด้วย กายนอก(กายสังขาร) วาจา(วจีสังขาร) และ ใจ(กายในกาย) นี้คือการ**สัมปยุตเป็นหนึ่งเดียว** เรียกว่า "**สมาธิ**" คือ **รวมเป็นหนึ่งในวาระจิตเดียว**

อาการเช่นนี้ จะเกิดสภาวะ อันแปลกไปจากธรรมดาเกิดขึ้น ให้เรารับรู้ได้อย่างชัดเจน เช่น ขนลุก น้ำตาไหล หาว ง่วง ฯลฯ ดังที่กล่าวแล้ว สิ่งที่ต่างไปจากที่ท่านทั้งหลายเคยฝึกผ่านมาจากหลายสำนัก นั่นคือ **คำที่ใช้ภาวนา** ในที่นี้เราฝึกโดยการใช้ นะ..โม.. ซึ่งเป็น**ภาษาโอปปาติกะ** หรือ **ภาษาเทพ** และ เมื่อเปล่งออกมาจาก "**ใจ**" จึงสะเทือนไปถึงเทพยดา ผู้ทำหน้าที่พิทักษ์รักษาผู้ปฏิบัติชอบ (คือปฏิบัติตามพุทธบัญญัติ = สติปัฏฐานอันมีกายในกายเป็นปฐม) เรียกว่า "**เทวตานุสติ** คือ **ระลึกถึงเทวดา โดยการเปล่งวาจาถึงพร้อมด้วยใจ**" เทพยดาผู้ที่ได้ปวารณาไว้กับพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ว่า จะไม่ให้ทุกข์โศกโรคภัย หรือ สิ่งชั่วร้าย อุปสรรคใด ๆ มากระทบต่อผู้ปฏิบัติชอบ ได้ด้วยประการทั้งปวง เมื่อเราเปล่งด้วยความถึงพร้อม เทพยดานั้น ก็รับทราบ และ เข้ามาทำหน้าที่

ในการเปล่ง นะโม... นี้ แม้การทำพิธีใด ๆ ของพระพุทธศาสนา ไม่ว่าจะเป็นสังฆกรรม งานทุกชนิด ต้องบอกกล่าวเทพยดาทั้งสิ้น ผู้ที่ได้ปฏิบัติตามขั้นตอนที่กล่าวมา ๑ ๒ ๓ จนถึงขั้นมนสิการ เมื่อเข้าถึงตัว "ปิติ" เดินปะคำ (คณา) และใช้สติระลึกว่าตัวที่เกิดปิติเป็นตัวไหน ในขณะหายใจเข้าออก (อนุพันธนา) เมื่อถึงตรงนี้แล้ว จำได้ว่าเป็นตัวไหนแน่นอนแล้ว ขอให้รู้ว่า คุณได้เข้าสู่ขั้นที่สามารถสัมผัส สื่อสารกับเทพยดาได้แล้ว เพราะว่า ในรหัสของ นะ โม ที่เราเปล่งออกไปนั้น เป็นชื่อของเทพยดาแต่ละองค์ คุณเกิดปิติที่ตัวไหน ก็ให้รู้เลยว่าเทวดาประจำตัวของคุณชื่ออะไร ดังต่อไปนี้ เมื่อปิติเกิดขึ้นตัวไหน ให้อ่านดูว่าเป็นเทวดาอะไร คือ

หาก"ปิติ" เกิดที่คำว่า "**นะโม**" เทวดาที่ปกปักรักษาตัวเราคือ **สาตาคิรายักษ์** (ดุนะองค์นี้)

หากเกิด "ปิติ" ที่คำว่า "**ตัสสะ**" เทวดาที่ปกปักรักษาตัวเราคือ **อสุรินทราหู** (คนละตัวกับที่มาทำร้ายพระพุทธเจ้าตอนที่จะตรัสรู้นะ และก็ไม่ใช่ตัวที่เขาทำพิธีบูชากันนั่นอีกด้วย)

หากเกิด "ปิติ" ที่คำว่า "**ภควโต**" คำนี้จะมีเทวดา ๔ องค์ แยกเป็น ตัว **ภะ** คือ **ท้าวธะตะรถ** ...ตัว **คะ** คือ **ท้าววิรุพหก** ...ตัว **วะ** คือ **ท้าววิรูปัก**.... ตัว **โต** คือ **ท้าวกุเวร** ทั้งหมดคือ เทวดาที่ดูแลทิศทั้ง ๔ ที่เราเรียกรวมว่า **ท้าวจตุโลกบาลทั้ง ๔** นั่นแหละ

หากเกิด "ปิติ" ที่คำว่า "**อะระหะโต**" เทวดาที่ปกปักรักษาตัวเราคือ **ท้าวสักกะเทวราช** หรือ **พระอินทร์**อันเป็นจ้าวแห่งเทวดาทั้งหลาย

หากเกิด "ปิติ" ที่คำว่า " **สัม มา สัม พุท ธัส สะ**" เทพยดาที่ปกปักรักษาเรา คือ**ท้าวมหาพรหมทั้ง ๖ องค์**

อานิสงค์ เมื่อเราได้ "ปิติ" คือ นับแต่วินาทีที่เราได้ปิติ โดยอาการถึงพร้อมด้วยกายวาจาใจ ดังกล่าวมาแต่แรกแล้ว ให้รู้ว่าชีวิตเราได้ถูกเชื่อมต่อระหว่างมิติของโลกปัจจุบันอันเป็นภูมิของมนุษย์ เรียกว่า มนุษยภูมิ กับ มิติของเทวดา เรียกว่า เทวภูมิ ได้แล้ว และเมื่อใดก็แล้วแต่ที่เราเกิดปัญหา เช่นมีศัตรู ถูกกลั่นแกล้งปองร้าย ไม่ว่าจะเปิดเผย หรือ มาแบบอีแอบ คือซ่อนตัวมาแบบเศรษฐีไร่มะตูม (รวยแต่เปลือก) แล้วเข้ามาอาศัยทำตัวเป็นนักปฏิบัติเที่ยวหลอกต้มตุ๋นเอาเงินชาวบ้าน ทำให้เราเสียชื่อเสียง ...ไม่ต้องห่วง ให้ระลึกถึงสภาวะที่เราได้ "ปิติ" คือ อารมณ์ที่เราได้ปิติ คือ อักษร ใน นะโมตัวนั้น ๆ แล้วบอก

เทวดาไปเลย เหมือนกับเราเล่าให้ครู อาจารย์ฟัง ทำซัก ๓ วัน แล้วคอยดูผล ...

เท่าที่ปรากฏตามประสบการณ์นะ ยังไม่ทันจะไปสวดนะโม..แค่นึกว่า ทำไมนะ คน ๆ นี้จึงทิ้งความดีไปได้ มองไม่เห็นบุญ ทำแต่ความเลว..แค่นี้ อาทิตย์เดียวเท่านั้น มีคนมารายงานเป็นเอดส์แห้งตอนนี้นอนรอคอยความตาย ที่เห็น ๆ หลายคนแล้ว เรื่องศัตรูหมู่ร้ายนี่ ผลเกิดกับเขาเร็วมาก จนเราสมเพช ต้องรีบบอกเลิกคบกับเขาไปเลย เพราะหากคบต่อไปกลัวเขาตาย เพราะไง ๆ เขาก็เลิกทำเลวไม่ได้ เทวดาก็จะไม่ปล่อยไว้ให้รกโลก เราก็อดสงสารไม่ได้ เห็นแล้วสมเพช

ในส่วนของธุรกิจ หากมีเรื่องติดขัดใด ๆ ก็บอกไปเลย หรือ จะลงทุนก็ถามไปเลยว่าจะทำอะไรดี ...ขอบอกว่า เรามีหน้าที่ทำ แต่ IDEA เป็นของเทวดา แบบคติที่ว่า " เราเป็นผู้กระทำ แต่ความสำเร็จเป็นของฟ้า " นั่นแหละ แล้วจะรู้ว่าทำไมมันง่ายไปหมด กำไรทุกเรื่อง เพราะเป็นธุรกิจที่เทวดาชี้ทาง แต่ไม่ใช่เรื่องหวย อบายมุขนะ...ขอบอก

ในส่วนเรื่องของธรรมะ หากมีข้อสงสัยติดขัด ก็ถามไปเลย เพราะเทวดาท่านมีอายุก่อนพุทธกาล อย่างน้อย ๑ วันสวรรค์ ก็เท่ากับมนุษย์เรา ๑๐๐ ปี พุทธศาสนาเกิดมาในเวลาเทวดาได้แค่ ๒๕ วันบ่าย ๆ ดังนั้นเทพยดาทั้งหลายที่ดูแลเรา ท่านได้ฟังเทศน์จากพุทธเจ้าทั้งนั้น เราก็ฟังธรรมะจากท่าน ในส่วนลึกซึ้งจะได้ไม่ต้องมีข้อสงสัย แบบว่า ...ใสสสสสส นะจ๊ะ อีกไง !!

ในส่วนของความทุกข์ใจ นั้นจะไม่เกิดขึ้นกับเรา ไม่ว่ากรณีใด ๆ โดยเฉพาะเรื่องหนี้สิน นี้จะหมดไปก่อนอื่น ทำงานเท่าเดิม แต่เงินเพิ่มขึ้น ฐานะจะดีขึ้นอย่างพิสูจน์ได้ เพราะเทวดาจะคอยดูแลเรา เพื่อให้เราไม่มีกังวล จะได้ปฏิบัติ และเทวดาก็จะได้รับอนุ-โมทนาจากเรา เชื่อมั่นเหลือเกินว่า...ใครก็ตาม ที่ไม่ได้ปฏิบัติอ่านแล้วต้องบอกว่า เว่อร์... แต่เราท้าพิสูจน์ นี่แหละ

จึงท้าอธิษฐานแข่งกันว่า ใครจะสำเร็จมากกว่ากัน ระหว่างคนที่ปฏิบัติสติปัฏฐานกับ คนที่ปฏิบัตินอกรีตไปจากแนวพุทธพจน์ หรือ ไม่ปฏิบัติเลยเพราะคิดว่า "ข้าแน่" ก็มาพิสูจน์กัน ของจริงต้องพิสูจน์ได้ พุทธศาสนาไม่กลัวการท้าทาย ไม่เสื่อมคลายไปตามยุคสมัย นี้คือพุทธานุภาพ

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ เป็นผลของการปฏิบัติ เริ่มเข้าสู่มิติแห่ง "ใจ" หรือ เรียกว่า "มโนทวารวิถี" สิ่งที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติจะแตกต่างไปจากบุคคลอื่นที่ไม่ได้ปฏิบัติ นึก

อะไรมันง่ายไปหมด เพราะกำลังเข้าสู่วิถีอันเรียกว่า **"สิ่งทั้งหลายสำเร็จได้ด้วยใจ"** ในตอนต่อไป เราจะมาเรียนรู้วิธีการนำ "ปิติ" ไปไว้แต่ละ นิยะมะ(ฐาน) จะเกิดผลอย่างไร และ การรักษาโรคภัย ที่เกิดขึ้นกับเรา รวมทั้งรักษาให้ผู้อื่นไม่ว่าจะอยู่ใกล้ไกล ประเทศไหน ๆ ก็ทำได้ นั้น มีวิธีอย่างไร ?

ด้วยพลานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย อันมีพุทธานุภาพเป็นเบื้องต้น จงดลบันดาลให้ทุกท่านจงประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติ ดั่งปรารถนาทุกท่านทุกประการ เทอญ.....เจริญพร

ก็ได้รับการร้องขอมาจากท่านสาธุชน ที่ได้ฝึกปฏิบัติอยู่ ณ ขณะเวลานี้ว่า ขอรับทราบวิธีปฏิบัติเพื่อให้พ้นทุกข์หยาบ คือ หนี้สิน ฐานะ และความเป็นอยู่ รวมทั้งด้านธุรกิจการงาน ว่าจะมีวิธีปฏิบัติอย่างไรให้ได้ผลทันตาเห็น.. เป็นอันว่า วันนี้ก็จะมาขยายความให้ทราบโดยทั่วกัน แต่ข้อสำคัญ อย่าเพียงแต่รับรู้ ... ต้องรับไปปฏิบัติด้วยนะ

การปฏิบัติโดยแนวสติปัฏฐานของพระพุทธองค์ นั้น ประเด็นแรกที่จะเห็นผลทันที (ต้องปฏิบัติถูกตามขั้นตอนนะ) คือหมดหนี้ อันนี้แน่นอน เพราะการมีหนี้สินเป็นทุกข์อย่างยิ่ง แม้พระพุทธองค์ยังไม่ให้คนเป็นหนี้เข้ามาบวช ต้องใช้หนี้ให้หมดก่อน ถึงจะบวชได้ คนจะปฏิบัติให้สำเร็จได้ก็ต้องปลดหนี้สินไม่งั้นนั่งไม่ติด เพราะเจ้าหนี้โทรศัพท์กวน แบงค์ส่งจดหมายทวง ... สารพัด..

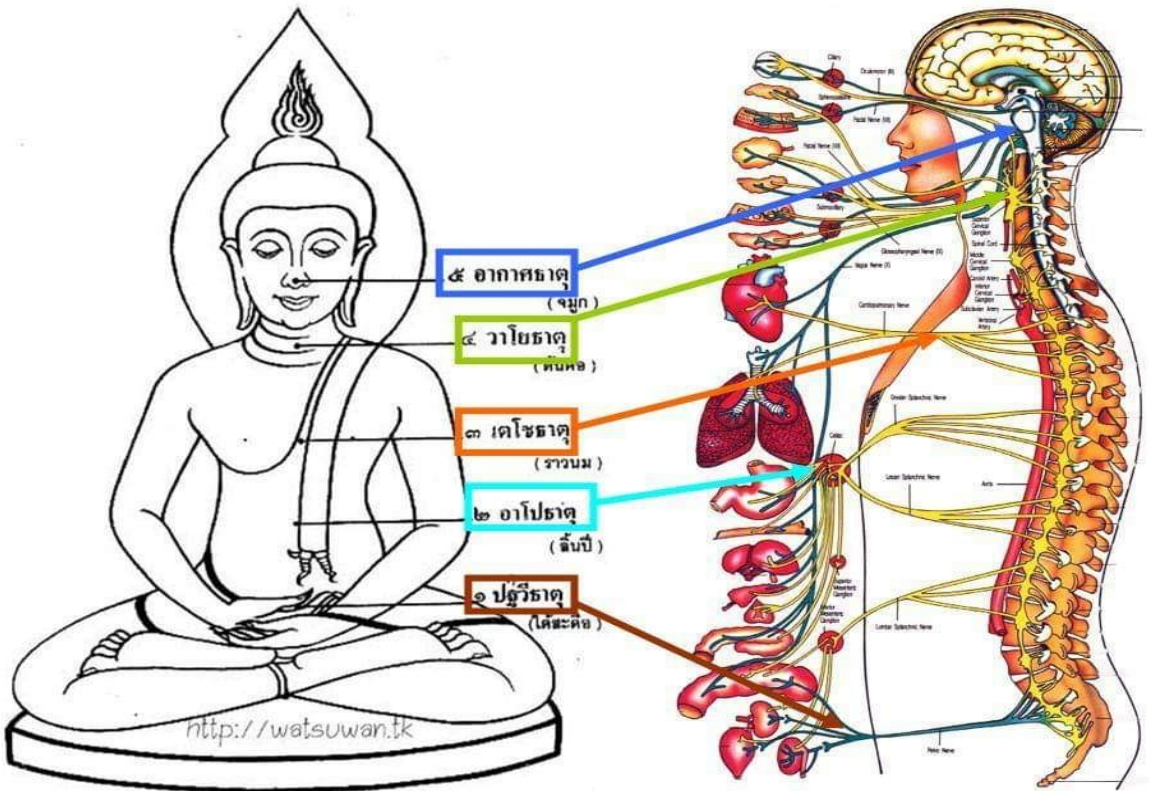
หนี้จัดเป็นทุกข์หยาบ เป็นเรื่องง่าย เพราะเป็นหนี้สินทางทรัพย์ ยกเว้นหนี้กรรม อันนี้ต้องคุยกันคนละเรื่องนะ เราจะอธิบายเฉพาะเรื่องหนี้สินที่เป็นทรัพย์เท่านั้น ขอให้ทุกท่านโปรดทราบตามนี้

ก่อนอื่นต้องมาทำความเข้าใจกันซะก่อน ในเรื่องของ "เวลา" เวลาเป็นสิ่งหนึ่งที่มีโดยธรรมชาติ เพื่อให้กรรมแสดงผล ตามระยะที่กำหนดของกรรมนั้น ๆ ไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่ว ตกนรกก็มีเวลาพ้น เป็นเทวดาบนสวรรค์ก็มีเวลา ว่าอยู่นานเท่าไร บุญที่เราทำก็เหมือนกันจะมีเวลาที่จะแสดงผลไว้แล้วว่ากี่ปีกี่ชาติ เราท่านทั้งหลายไม่ใช่เพิ่งเกิดมาชาตินี้เป็นชาติแรก แต่เราเวียนว่ายตายเกิดมาหลายภพชาติ ได้สร้างบุญไว้มากมายไม่งั้นคงไม่ได้มาศึกษาวิธีปฏิบัติสติปัฏฐานตรงนี้ ที่ทำบุญไว้ก็เหมือนฝากธนา-

คาร แต่เราลืมหมายเลข ATM ก็เลยเบิกไม่ได้ ถ้าเราจำได้ เราก็เบิกออกมาใช้ได้ทันที

บุญที่เราทำนั้น สำเร็จด้วยใจ ดังนั้น การเบิกบุญเก่ามาใช้จึงต้องเบิกด้วย "ใจ" ด้วยเหตุนี้เราจึงต้องเข้าสู่ "มโนทวารวิถี" หรือ มิติแห่งใจ เท่านั้นไม่มีทางอื่น เนื่องจากใจมีความเร็วมาก เร็วกว่าแสง และเร็วกว่าเวลา และเร็วกว่า จิต เพียงแค่ควบคุมจิต (พวง-มาลัยรถ) ก็สามารถควบคุมกำหนดเวลาได้ตามปรารถนาแล้ว ไม่ได้พูดเอง มีพุทธพจน์ยืนยันไว้ชัดเจนว่า **" ... จิตฺเตน นียฺติ กาโลฯ จิตกำหนดเวลา.."** ดังนั้นการควบคุมจิตได้ เราก็ควบคุมเวลาได้

แต่ตอนนี้เราฝึกขั้นสูงยิ่งกว่าคือ "คุมใจ" คือ คุมคนขับรถ ฉะนั้น การกำหนดเวลาให้บุญแสดงผล จึงอยู่ในอำนาจเพราะเป็นสมมุติ (ยกเว้นพระนิพพาน=เหนือสมมุติ) คำถามคือ ทำยังไง ?



ให้พิจารณาดูรูปภาพนี้ จะเห็นว่า นิยะมะ (ฐาน) แรกที่จะต้องนำลมหาใจเข้าไปตั้งไว้ คือ ปถวีธาตุดิน หมายถึง สิ่งที่สัมผัสแตะต้องได้อย่างเป็นรูปธรรม (เงิน เป็นกระ-ดาษใส่สีมีตัวเลขที่สัมผัสได้) ดังนั้นการตั้งลมต้องตั้งที่จุดนี้เป็นเบื้องแรกก่อน หลาย ๆ ท่านยังไม่แน่ใจว่าตัวเองเข้าใจถูกหรือเปล่า เรื่องการ " ตั้งลม " เพราะถ้าเข้าใจผิด หรือทำไปผิด ๆ จะไม่ได้ผล การตั้งลมนั้น หากใครไม่รู้ว่าเป็นไง ลักษณะไหน อาการอย่าง-

ไร ก็ลองไปยกกระป๋องน้ำหนัก ๆ หรือ กล่องใส่ของหนักที่วางกับพื้น ลักษณะที่เราหายใจเข้าแล้ว " อึ๊บ " เกร็งหน้าท้องเล็กน้อย ลักษณะนั้นนั่นแหละเรียกว่า "ตั้งลม" ถ้ากลั้นใจยกของจะผิดกัน ให้ทดสอบดู เพราะหากกลั้นใจปฏิบัติจะอันตรายมาก ถึงกับ "เอ๋อ" เพราะไม่มีอ๊อกซิเจนเลี้ยงสมอง แต่ตั้งลมจะไม่เป็นอันตรายใด ๆ ตอนนี้รู้แล้วนะว่าตั้งลมอย่างไร เริ่มกันเลย ...สมมุติว่า ต้องการเงินสัก ๔-๕ ล้านมาใช้หนี้ ก็ให้เริ่มดังนี้

๑. เดินปะคำก่อน เพื่อให้เกิดความพร้อมว่าเราระลึกอารมณ์ตัว "ปิติ" ได้แล้ว

๒. สมมุติว่าเป็นตัว "นะ" ที่เรามองกระดาษนะโม..

๓.ให้ภาพตัว "นะ" นั้นตามลมหาใจเข้าไปตั้งที่ฐานปถวีธาตุ ในข้อที่ ๓ นั้นเรียกว่า "ผุสนา" คือ เอานิมิตไปตั้งไว้ ณ ฐานที่ตั้งแห่งใจ อันเรากำหนด

๔. ภาพตัวอักษร " นะ " นั้นต้องนิ่งสนิทไม่สั่นไหว หรือ วอกแวกไปมา นี้เรียกว่า "ฐปนา" คือนิ่งสนิท ณ ฐานปถวีธาตุ

๕. ภาพตัวอักษร " นะ " ต้องไม่พร่ามัว ชัดเจนเหมือนกับเรามองเห็นจากกระดาษข้างหน้าเรา นี้เรียกว่า "**สัลลักขณา**" ที่กล่าวมาทั้ง ๕ ขั้นตอนนี้เป็นการปฏิบัติขั้นสูงของมิติใจโดยเฉพาะ ชื่อว่า "มนสิการ" ในทางมโนทวารวิถี เพื่อเข้าสู่อัปปนาสมาธิ ให้ทบทวนจาก ๑ ถึง ๕ ทำให้คล่อง ระลึกอารมณ์พร้อมนิมิตอักษรที่ตนเองได้ " ปิติ "จากนะ... โม..

จำได้คล่องแล้วจึงต่อในขั้นตอนที่สำคัญที่สุดอันจะกล่าวถึงข้างหน้านี้ ..... อย่าข้ามขั้นตอนเด็ดขาด หากทำยังไม่ชำนาญ ภาพยังไม่ชัด ให้ทำใหม่ จนแน่ใจ จึงทำขั้นต่อไปนี้

ให้นำตัวอักษรนิมิตที่เราได้ "ปิติ" เช่น นะ..โม..เข้ามาตาม ๑ ถึง ๕ แต่คราวนี้ เมื่อมาถึงฐานปถวีธาตุ ให้เปลี่ยนตัวอักษรนั้น เป็นภาพจำนวนเงิน ๔-๕ ล้านที่ต้องการ ในขณะที่ "ตั้งลม" เมื่อกำลังจะหายใจออก ก็ให้ภาพจำนวนเงินดังกล่าวนั้น เคลื่อนตามลมหายใจไปพร้อมกัน (อย่าลืมขั้นตอน ๑ ถึง ๔ สำคัญ ทำอย่างเดียวกัน คือ ภาพต้องชัด) และที่สำคัญที่สุด เมื่อลมหาใจ เคลื่อนถึงตรงปลายจมูกจะหลุดออกไปหมด "..ให้เห็นภาพเรารับเงินจำนวนที่ต้องการนั้น.." นี้เรียกว่า " **วิวัฏนา** " คือเปลี่ยนภาพให้เป็นวัตถุที่แตะต้องได้

ความถี่ในการปฏิบัติ :: อย่าเคร่งเครียด จริงจัง หรือ (งกเกิน) สบาย ๆ เหมือน กับ

เราดู TV แต่มีความจริงใจในการปฏิบัติ ที่ไม่ได้เป็นไม่มีหากทำถูกวิธี แต่ ๙๙.๙๙% **ที่ทำแล้วไม่ได้** คือ **ผิดขั้นตอน** คือ อยากได้ อยากดี อยากมี อยากเป็น แต่ไม่อยากทำให้ถูกวิธี เช่น ลืมถวายชีวิตเป็นพุทธบูชาบ้าง ไม่เคยอ่านหนังสือปากกับใจ หรือ ทำแป๊บ ๆ กระ-โดดข้าม ... หรือ ไม่ก็ประเภทคุณพ่อรู้ดี คือเอานาฬิกามาตั้งดูเวลาแทนการทิ้งขนนกมาใช้วัดระยะลมหาใจเป็นต้น รับประกันเลยว่า อย่างนี้ไม่สำเร็จ แนวทางปฏิบัติที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ได้ผ่านการทดสอบมาแต่ครั้งพุทธกาล แม้ในปัจจุบันที่นำมาเผยแผ่นี้ ก็เห็นผลประจักษ์สำหรับผู้ปฏิบัติถูกต้องแนวทางสติปัฏฐาน.... อย่าลืมนะว่า..จะทำบุญ คุณต้องมีสตางค์ก่อน ถ้ายังเป็นหนี้ จะเอาที่ไหนมาทำบุญ ฉะนั้น การปฏิบัติที่ถูกต้อง ถูกทางคือ ปฏิบัติแล้วต้องรวย ต้องดีขึ้น บุญรับได้เลยชาตินี้ไม่ต้องรอชาติหน้า ก็หวังเป็นอย่างยิ่งว่า ท่านทั้งหลายคงนำไปปฏิบัติเพื่อความสดชื่นของชีวิต สมดั่งที่ตั้งใจปฏิบัติทั่วกัน

ด้วยอำนาจแห่งพุทธานุภาพ จงดลบันดาลให้ท่านทั้งหลาย ประสพสุข สำเร็จในการปฏิบัติ บรรลุในสิ่งที่ปรารถนาดั่งมโนเจตนาโดยพลันทุกประการเทอญ...เจริญพร

ในการที่เราได้ปฏิบัติ "มนสิการ"ดังที่ได้กล่าวมาและได้สมประสงค์ดั่งปรารถนานั้น ความจริงแล้ว หากเรียกตามประสาชาวบ้านก็เรียกว่า การ "อธิษฐาน" แต่โดยสภาวะที่สำเร็จได้ตามคำอธิษฐาน ก็เพราะว่า การปฏิบัติสติปัฏฐาน คือ การสัมปยุต กายนอก (กายสังขาร) กับ กายในกาย (มโนสังขาร=ใจ) ให้เป็นหนึ่งเดียวกัน เมื่อว่ากันโดยธาตุ **กายนอก** หรือ กายสังขารนั้น **เป็นวาโยธาตุ** มองไม่เห็น แต่รับรู้สัมผัสได้ด้วยเนื้อหนัง

เช่น เอามือโบกไปมาก็รู้ว่ามีลม หรือลมพัด และ ที่เราเคลื่อนไหวไปมาได้นั้นเป็นด้วย วาโย คือลมที่วิ่งไปมาภายในกายสังขารเรา (ส่วนใหญ่จะเข้าใจว่าเป็นปถวีธาตุ จริงแล้วไม่ใช่) ส่วน**กายในกาย** นั้น **เป็นอากาสธาตุ** คือ มองไม่เห็น และไม่อาจสัมผัสได้ นอกจากทางมโนทวาร คือ **ใจ** เท่านั้น

การที่จะเชื่อมกายสังขาร ซึ่งเป็น วาโยธาตุ ให้เป็นหนึ่งเดียวกับกายในกาย ซึ่งเป็นอากาสธาตุ จึงต้องอาศัย **วจีสังขาร** (วาจา) ซึ่งเป็น**ปถวีธาตุ** นั่นคือ ทำสิ่งที่มองไม่เห็นให้เป็นจริงและสัมผัสได้ ดังนั้นเราจะเห็นได้ว่า เมื่อเริ่มแรกปฏิบัติจึงต้อง มี "**สัจจะ** คือ กล่าวจริงแท้ แน่นอน ไม่แปรเปลี่ยน" ซึ่งเป็นหัวใจแห่งศีลทั้งหลาย ทั้งยังเป็นบารมีที่ต้องบำเพ็ญ จึงทำให้เรา "ถึงพร้อมด้วยศีล" และเข้าสู่องค์แห่งมรรค เรียกว่า "**มรรคสัจจะ**" และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง มนุษย์กับเทวดานั้นอยู่ในภูมิเดียวกัน แต่จะติดต่อกันได้ต้องอาศัยการเข้าสู่มิติแห่งใจ เรียกว่า มโนทวารวิถี และผู้ที่เป็นมนุษย์นั้นต้องเดินตามเส้นทางแห่งมรรคสัจจะ ถึงพร้อมด้วยกาย วาจา ใจ การสื่อกับปวงเทพยดาทั้งหลาย จึงเป็นไปได้ตามปกติ เพราะมีองค์ประกอบพร้อม

เหมือนเรามีโทรศัพท์ ต้องเติมเงิน ชาร์ทแบต รู้เบอร์ แล้วเปิดเครื่อง กดปุ่มให้ถูกตามที่ยี่ห้อเขากำหนด ถึงจะโทรได้ยังไงยังงั้นแหละจ้า ในกรณีที่เราได้สิ่งต่าง ๆ สมประสงค์ดังที่กล่าวเมื่อวานนั้น ความจริงแล้ว เป็นด้วย "เทพยฤทธิ์" หรือ ฤทธิ์ของปวงเทพดาที่ปกปักรักษาเรา เพราะเราปฏิบัติชอบตามแนวทางสติปัฏฐาน แต่ยังมีหนี้สินติดค้าง มีเรื่องกลุ้มใจ ปัญหาแก้ไม่ตก เทวดาจึงต้องเข้ามาแก้ไขให้ในทุกเรื่องทุกประการ เพราะเทวดาจะได้บุญเมื่อเราปฏิบัติ เรียกว่า "อนุโมทนาบุญ" ซึ่งถ้าเรามีแต่เรื่องกลุ้ม การปฏิบัติก็น้อยหรือละทิ้ง เทวดาก็จะไม่ได้อนุโมทนาบุญ ดังนั้น ในช่วงแรก ๆ คืออยู่ในส่วนของ มนสิการนี้ ยังไม่เรียกว่าเราอธิษฐานได้ด้วยตัวเอง แต่เป็นไปโดยอำนาจฤทธิ์แห่งเทวดา ... ก็ยังดี.. หมดหนี้ เป็นเศรษฐี มีเงินทำบุญ ไม่ต้องหลอกลวง หรือ คดโกงใครให้เป็นบาป สิ่งที่ได้มานั้น เป็น อนุโมทนาบุญจากเทวดา เรียกว่า สมบัติเทวดา แค่ สิบล้าน ยี่สิบล้าน เรื่องจิ๊บ ๆ

ขอกระซิบว่า..อย่าขี้เหนียวในการอธิษฐาน เราเกิดมาหลายพัน หลายหมื่นชาติ ทำบุญสะสมไว้มากมายไม่รู้ว่าเท่าไร เอาแค่ว่าเกิดเป็นมนุษย์สมบูรณ์ ไม่พิการ ตาบอดหูหนวก เป็นใบ้ ได้มีโอกาศได้พบพระพุทธศาสนา ทั้งยังได้มาปฏิบัติสติปัฏฐาน แสดง

ว่าทำบุญไว้ไม่ธรรมดา ดังนั้นการอธิษฐานอย่าขี้เหนียว และก็ไม่ต้องกลัวใครจะว่าเรา "งก" บุญของเราไม่ได้ไปโกงของใครมาซะหน่อย เหมือนเงินในธนาคาร เราจะเบิกเท่าไรมันเรื่องของเรา คนที่บอกว่าเรางก สงสัยจะเพี้ยนนะ ? จริงมะ แล้วอีกอย่าง ใครก็แล้วแต่ ที่สอนกันจังว่า ปฏิบัติห้ามอธิษฐาน ห้ามขอ....พวกนี้นอกรีต หากเป็นสงฆ์ในพุทธศาสนาก็ต้องบอกว่าต้องอาบัติร้ายแรงเรียกว่า "กล่าวตู่พุทธพจน์" เพราะแม้แต่พระพุทธองค์ยังต้องทรงอธิษฐานทุกชาติ ๆ เพื่อขอเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แม้ก่อนจะตรัสรู้ ยังทรงอธิษฐานลอยถาด...

ดังนั้น ใครก็แล้วแต่ที่บอกว่าทำบุญ... หรือ ปฏิบัติแล้วห้ามอธิษฐานนั้น เป็นเดียรัจฉานวิชชาแน่นอน หรือไม่ก็ตัวเองอธิษฐานไม่เป็น ก็เลยห้ามคนอื่นเค้าอธิษฐาน มั๊ง ?

เอาละ ทีนี้เรามาต่อกันที่เรื่องการรักษาโรคภัย ไข้เจ็บ ไม่ว่าจะเป็นอะไรก็แล้วแต่ยกเว้นโรคระบาด เพราะนั่นเป็นสาธารณะกรรม แก้ไขไม่ได้แน่ นอกนั้นรักษาได้หมดไม่ว่าร้ายแรงขนาดไหนก็ตาม ขอให้เชื่อในพลังแห่งพุทธานุภาพ อันเป็น**อจาลนุภาเวนะ** คืออานุภาพอันหาประมาณมิได้ และไม่มีวันเสื่อมสูญ ...วิธีรักษาโรค ให้ทำดั่งนี้

๑. ให้ปฏิบัติตาม ๑ ถึง ๕ แบบที่เราอธิษฐานให้ได้เงินมาใช้หนี้ แต่คราวนี้ต่างกันนิดหนึ่ง คือ ให้เรารู้ก่อนว่าเราเป็นอะไร และเป็นตรงไหน อย่างน้อยก็มีแผ่น Scan มาดูแล้วจำภาพนั้นไว้ นำภาพนั้นตามลมหาใจเข้าไปตาม ๑ ถึง ๕ เมื่อลมพร้อมภาพลักษณะอาการป่วยถึงที่ปถวีธาตุแล้ว ไม่ต้องตั้งลมตรงนั้น..... ย้ำ.....ไม่ต้องตั้งลมตรงปถวีธาตุ แต่ให้เอาลมพร้อมภาพนั้นไป....ตั้งลมไว้ตรงที่เราเป็น หรือที่เราป่วย ให้อารมณ์แห่งปิติพร้อมภาพที่เราป่วยชัดเจนที่สุด เท่าที่จะชัดได้นี้เรียกว่า "**ปริสุทธิ**"

๒. เมื่อสุดลมที่จะตั้งได้แล้ว และจะหายใจออก ให้เห็นภาพของการป่วยนั้นเคลื่อนตาม ยกตัวอย่างเช่น เป็นเนื้องอก (เพราะ Scan จะเห็นภาพ) ก็ให้เห็นเจ้าเนื้องอกนั้นเคลื่อนตามลมหาใจ ผ่านขึ้นมาที่จมูก และตรงนี้สำคัญที่สุด คือ เมื่อถึงปลายจมูก อันเป็นที่ตั้งของอากาสธาตุ ก็ให้เห็นภาพก้อนเนื้อร้ายนั้นลอยหลุดออกจากตัวเราไปพร้อมลมหาใจ การปฏิบัติเพื่อรักษาโรคนี้ เมื่อปฏิบัติตามขั้นตอนนี้ได้ ๓ วันแล้ว ให้เปลี่ยนอริยาบท คือเดินปฏิบัติ ๑ ถึง ๕ และขั้นตอนที่กล่าวแล้ว (คือแทนที่จะนั่งปฏิบัติก็เปลี่ยนท่าเป็นเดินปฏิบัติ) นอน หรือ ในทุกอริยาบทที่เรานึกได้ก็ทำ ในการเปลี่ยนอริยาบทไปต่าง ๆ นี้ สิ่งสำคัญคือ...ภาพการเจ็บป่วย เช่นเนื้อร้าย ต้องชัดเจน และตอนที่ปล่อยลมหา

ใจออก ต้องเห็นภาพให้ชัดว่าอาการป่วย หรือ เนื้อร้ายหลุดออกไป .. เมื่อผ่านมาถึงขั้นนี้ ในทางปฏิบัติมนสิการเรียกว่า "**โตสัญจ ปฏิปัสสนา** "

นั่นหมายถึง เรามีความสามารถที่จะเข้าสู่ภาคเวทนาในเวทนา ของสติปัฏฐาน ได้แล้ว.. หมายถึงว่า การปฏิบัติในขั้นนี้ เราสามารถเลือกรับเฉพาะสุขเวทนา และ ไม่รับทุกขเวทนา (ถ้าหากเลือกเวทนาไม่ได้ ก็ไม่ผิดอะไรกับคนทั่วไปที่ไม่ได้ปฏิบัติ คือ เป็นไปตามเวรตามกรรม มีสุขทุกข์เจือปนวุ่นไปหมด เลือกรับที่ต้องการไม่ได้) นี่คือความแตกต่างระหว่างผู้ปฏิบัติชอบ กับผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติหรือปฏิบัติผิดแนวทาง

ที่เราเลือกสุขเวทนาก็เพราะว่า สุดท้ายแห่งทางปฏิบัติแห่งสติปัฏฐาน คือ พระนิพพานอันเป็นบรมสุข ดังมีพุทธพจน์ยืนยันไว้ว่า " **นิพานำ ปรมำ สุขำ ..นิพพาน เป็นสุขอย่างยิ่ง** " ดังนั้นหากมีใครพูดว่าปฏิบัติแล้วห้ามติดสุข แสดงว่าผู้นั้นไม่เคยปฏิบัติ และไม่รู้จริง ทุกขเวทนานั้นเกิดโดยอกุศลกรรม การปฏิบัติธรรมสติปัฏฐาน - ปฏิสัมภิทามรรค นั้นเป็นกุศลกรรม และเป็นขั้นมรรคสัจจะ ถึงพร้อมด้วยกาย วาจา ใจ จัดเป็น **มหคตจิต** และเป็น**มหาวิบาก** อันแสดงผลทันทีไม่ต้องรอภพชาติ และเป็นไปตามปรารถนาของผู้ปฏิบัติชอบนั้น พรุ่งนี้เรามาต่อกันในส่วนของ วิธีให้ชีวิตมีแต่ความสุขสมบูรณ์ ไม่ต้องพบความทุกข์ไม่ว่าด้วยประการใด ๆ จะทำอย่างไร ให้เห็นผลได้ทันที

ขอความสุขสวัสดี สมปรารถนาที่อธิษฐาน ได้ทุกสิ่งทุกประการในวันมหาวันทุกท่านเทอญ... เจริญพร

เชื่อมั่นเหลือเกินว่า ที่ได้บรรยายเรื่องการปฏิบัติไปนั้น ต้องมีหลายท่านที่ยังทำไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่ตัวเองก็ว่าตั้งใจทำอย่างเต็มที่แล้ว แต่ไม่เห็นเป็นไปตามที่ได้บรรยาย.... อย่าแปลกใจ .. และไม่ต้องเสียใจ หรือน้อยใจ ว่าบุญน้อย หรือ จะทำไม่ได้ เพราะการปฏิบัติแล้วไม่เกิดผล ไม่ใช่เพิ่งจะเกิดขึ้นตอนนี้ มีตัวอย่างมาแล้วในครั้งพุทธกาล ดังปรากฏเป็นหลักฐานในพระไตรปิฎกว่า....

สมัยหนึ่งพระอนุรุธ (เอกทัคคะในด้านการทรงฌานเยี่ยมที่สุด) ครั้งยังไม่สำเร็จ คือ ตั้งใจปฏิบัติยังไง ก็ไม่ได้ผล ถึงขนาดจะเลิกปฏิบัติไปเลย ... พระพุทธองค์จึงทรงแสดงธรรมต่อหน้าพระอนุรุธว่า เพราะเหตุใด อุปสรรคอะไรอันทำให้ไม่ได้ผลสำเร็จ การปฏิบัติไม่ก้าวหน้า ว่า

๑. เป็นเพราะมีความสงสัย ว่าจะได้จริงหรือ อธิษฐานนั้นจะเป็นจริงได้อย่างไร แค่นึกภาพเอาเนี่ยะนะ..

๒. เพราะความไม่ได้นำภาพพร้อมกับลมหาใจ ไปตั้งมั่น ณ นิยะมะ (ฐาน) ปถวีธาตุ

๓. เพราะเกิดความง่วงเหงาหาวนอน ประเภทง่วงจริง คือ พอรู้ว่าง่วงมา นอนหลับเลย ต่างจาก "ปีติ" คือ ง่วง แต่พอไม่ปฏิบัติกลับอยู่ได้ทั้งคืนไม่ง่วง

๔. เพราะเกิดความสะดุ้งกลัว (คือกลัวผีเป็นนิสัย) พอได้ยินเสียง หรืออะไรหน่อยก็กลัว เนื่องจากไม่เคยปฏิบัติมาก่อน ซึ่งเราต้องผ่านขั้นได้ยินเสียงใจ ตอนฝึกสวดมนต์ด้วย "ใจ" มาแล้วและแยกเสียงได้แล้ว ซึ่งเป็นปกติที่จะต้องได้ยินเสียงเทพยดา

(ไม่งั้นจะถาม-ตอบปัญหากันได้ไง) เพราะนึกกลัวไปเองเลยเลิกปฏิบัติ

๕. เพราะเกิดความตื่นเต้น เนื่องจากไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน ดีใจเกินไปที่ได้ ก็ไม่ได้จำอารมณ์ที่เกิดขึ้นไว้ จะระลึกอีกก็ระลึกไม่ได้ สรุป ได้หนเดียว ทำอีกไม่ได้ อย่างนี้มีเยอะ เลยกลายเป็นว่า...อย่างนี้ก็เคยทำได้นะ ..แต่ตอนนี้ทำไม่ได้แล้ว..

๖. เกิดเพราะร่างกายไม่สงบ สะอาด ประเภทนั่งๆ ไป คันยุบยิบ (คือไม่ได้อาบน้ำชำระร่างกายก่อน พอเหงื่อออกตอนตั้งลม คราวนี้คันซิ ต้องหยุดเกา เลยเสียสมาธิไง)

๗. เพราะเพียรมากเกิน คือ ความอยากได้เลยทำตลอด ๒๔ ชั่วโมง ชนิดว่า ... ลาพักร้อน ๗ วัน ปฏิบัติหามรุ่งหามค่ำ เพราะคิดว่าทำมาก ๆ จะได้ ร่างกายไม่ได้พักผ่อน.. ในที่สุด=เดี้ยง ไม่ได้ผลเพราะเพียรเกิน และก็ท้อและทิ้งไป เพราะเข้าใจเอาเองว่า ขนาดตั้งใจขนาดนี้ยังทำไม่ได้ แล้วจะทำไปทำไม ?

๘. เกิดเพราะขี้เกียจ ขี้คร้าน ประเภทอ่านแล้วชอบ ก็อยากทำ ไปนั่งปฏิบัติแป๊บคิดว่าจะได้ผล คงเหาะได้ เห็น คุยกับเทวดาได้ ชนิดธูปยังไม่ทันไหม้ เลิกซะแล้ว อย่างนี้เยอะมาก คือใครถามก็บอกว่า ..ฉันนั่งทุกวัน ไม่เห็นได้ไร !!

๙. เพราะเกิดตัณหา (อกุศลจิต = สร้างภาพงกเกิน เช่นได้เงินมาจะเอาไปทำอะไรอีกหน่อยจะอธิษฐานให้มากจะได้เอามาซื้อรถขับโชว์ ฯลฯ ซึ่งเป็นภาพที่มาก่อกวนใจหรือ เป็นภาพกามตัณหา ที่เกิดขึ้น) หากเป็นเช่นนี้ ต้องตั้งลมทันทีแล้วภาพนั้นจะหายไป

๑๐. เพราะเคร่งเกิน คือ นั่งเกร็ง ไม่ผ่อนคลายร่างกาย = เหน็บรับประทาน ทีนี้นั่งต่อไม่ได้ ... เพราะฉะนั้น เวลานั่ง ต้องจัดท่าให้สบายที่สุด ไม่จำเป็นต้องนั่ง นอนก็ได้ = แต่อย่าหลับก็แล้วกัน โดยเฉพาะคนที่เจ้าเนื้อ (อ้วน) เวลานั่งหายใจจะไม่ลงไปถึง นิยะมะปถวีธาตุ=เพราะติดพุง พวกนี้ต้องนอนปฏิบัติ (สีหไสยาส) หรือ ผู้ที่ขาไม่ดี ก็ให้นั่งเก้าอี้ห้อยขาก็ได้ เพราะเราไม่ได้นั่ง Showใคร ไม่มี TV มาถ่ายทำสารคดี นี่จริงมะ

๑๑. เพราะคิดว่าการปฏิบัติเป็นหน้าที่ คือ ถึงเวลาก่อนนอนต้องทำก่อน ไม่งั้นเหมือนทำอะไรไม่ครบ อย่างนี้เรียกว่าทำแบบ "หน้าที่" ต้องรอเวลาก่อนนอน หรือ ต้องปฏิบัติตรงหน้าพระเท่านั้น ซึ่งไม่ถูกต้อง ...

ถามว่า การหายใจเป็นหน้าที่หรือไม่?

แน่นอน การหายใจไม่ใช่หน้าที่ ยืน เดิน นั่ง นอน เราก็หายใจ ฉันใด ปฏิบัติก็เป็นเช่นนั้น อย่าคิดว่าเป็นหน้าที่ แต่ให้เป็นธรรมชาติ

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ เรียกว่า "**อุปกิเลส ๑๑ ชนิด** ซึ่งขวางกันความสำเร็จแห่งการปฏิบัติมนสิการของท่าน... "

สำหรับท่านที่สนใจใฝ่ในธรรม ก็ไปค้นคว้าอ่านอย่างละเอียดได้ในพระไตรปิฎก บาลี อุปกิเลสสูตร มัชฌิมนิกาย อุปริมภาค

ทีนี้ถามว่า...ทำไมเมื่อท่านได้ปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน-ปฏิสัมภิทามรรค จึงได้ผล ?

คำตอบคือ... เพราะท่านทั้งหลายได้เริ่มต้นโดยการควบคุมธาตุทั้ง ๑๘ ได้โดยท่านไม่รู้ตัว ถามว่า..ธาตุ ๑๘ นั้นถูกควบคุมเมื่อไร ... ก็ตอบได้ว่า... นับตั้งแต่ท่านได้กล่าวอักขระรหัสนามแห่งเทพยดา คือ นะ..โม ตัส..สะ..ภะ..คะ..วะ...โต ...อะ ..ระ...หะ..โต...สัม..มา...สัม.พุธ..ทัส...สะ ทั้งหมดนี้มี ๑๘ ตัว แต่ละตัวคุมธาตุทั้ง ๑๘ ซึ่งเรียกว่า **อัฏฐารสธาตุ**

และเมื่อท่านผู้ปฏิบัติได้เกิดนิมิต คือ "ปีติ" มีความถึงพร้อมด้วย กาย วาจา ใจ และระลึกอารมณ์ปีตินั้นได้ พร้อมทั้งนำไปตั้งไว้ ณ นิยะมะ (ฐาน) แห่งปถวีธาตุได้ตามประสงค์ นั่นคือ ความสำเร็จในการควบคุมธาตุ ๑๘ ให้อยู่ในอำนาจ ผู้นั้นได้ชื่อว่า เป็น "**ธาตุกุศลาบุคคล**" เหนือกว่าปุถุชนทั่วไป พระพุทธองค์ทรงเรียกผู้ประสบความสำเร็จในการคุมธาตุเช่นนี้ว่า **" มนสิการกุศลตาบุคคล "** คือผู้ฉลาดในการคุมธาตุ ๑๘ และกายในกายแห่งโยคาวจร(ผู้ปฏิบัติ)นั้น ย่อมมีอำนาจพิเศษเกิดขึ้นเรียกว่า "อภิญญาจิต" อันเป็นองค์ธรรมแห่ง "มนสิการกุสลตาบุคคล" ย่อมได้ในสิ่งปรารถนา อันบุคคลทั่วไปมิอาจกระทำได้ ตามหลักแห่งพระอภิธรรม มีว่า องค์ธรรมของ มนิการกุสลตาบุคคล คือ ปัญญาเจต-สิกสัมปยุต ๔ มหากริยาจิตฌานสัมปยุตจิต ๔ อภิญญาจิต ๒ มรรคจิต ๔ .....องค์ธรรมเหล่านี้เกิดขึ้นเอง

การปฏิบัติเปรียบเหมือนเรากินอาหาร ร่างกาย นิ้ว สมอง มือ เท้า ย่อมเติบโต โดยอัตโนมัติ เมื่อเราปฏิบัติถูกทาง องค์ธรรมเหล่านี้จึงเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติเอง ฉันนั้น ด้วยเหตุผลดังได้กล่าวมาข้างต้น ... หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงเป็นคำอธิบาย สำหรับผู้ที่ปฏิบัติได้ผล และผู้ที่ปฏิบัติไม่ได้ผล รวมทั้งผู้ที่ยังก้ำ ๆ กึ่ง ๆ ว่ามันจะได้ผลจริงหรือ ? จะได้คลายความสงสัยทั้งปวง รู้ที่มาที่ไป ว่าทำไมถึงได้มา...ทำไมง่ายจัง (สำหรับผู้ที่ทำได้) นี่แหละคือบุญ....บุญแท้ ๆ เรียกภาษาชาวบ้าน ๆ ก็ว่า....แค่นึกเอาก็ได้แล้ว....บุญนั้นทำไม่

ยาก ไม่ต้องหลบ ไม่ต้องซ่อน ไม่ต้องวางแผนเป็นปี ๆ เพื่อที่จะทำ บุญอยากทำเมื่อไรทำได้เลย ได้ผลเลย (หากทำถูกวิธีนะ)

ขออำนาจแห่งพุทธานุภาพ อันเป็นอนันตพลัง จงดลบันดาลให้ทุกท่านที่เปี่ยมไปด้วยกุศลเจตนาในการปฏิบัติ จงบรรลุในสิ่งอันปรารถนา อธิษฐาน ทุกประการ ทุกท่าน เทอญ....เจริญพร

ในช่วงชีวิตหนึ่งที่เกิดมา มีสองมือ สองเท้า หนึ่งสมอง และมีอาการครบสามสิบสอง ไม่พิการ ก็นับว่าโชคดี แต่ก็นั่นแหละ ชีวิตมนุษย์ทั่ว ๆ ไป ต้องใช้ชีวิตอยู่กับสุขและทุกข์ปนกันไป และก็กล่าวกันจนติดนิสัยว่า... มันเลือกไม่ได้ จริงหรือ ?

คำตอบคือ... ไม่จริงเสมอไป.. คืออย่างไร ? คือจะจริงสำหรับผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติ หรือ ปฏิบัติผิดทาง เขาหรือคุณคนนั้น จะไม่มีสิทธิ์เลือกรับเฉพาะสิ่งดี ๆ เท่านั้นในชีวิตได้ คือ ทุกข์ก็ต้องรับ สุขก็ต้องรับ เรียกว่า เป็นไปตามเวรกรรม ดั่งพระบาลีว่า

..**กมฺมุนา วตฺตี โลโก** ..สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม ! **แต่**สำหรับผู้ที่ปฏิบัติอย่างถูกต้องตามแนวสติปัฏฐาน อันมีเฉพาะในพระพุทธศาสนานั้น การจะต้องรับผู้ที่ปฏิบัติตามพระพุทธพจน์ **ย่อมสามารถเลือกรับเอาเฉพาะ ความสุข และ ความสำเร็จได้ตลอดชีวิต**ของเขา นี่คือความมหัศจรรย์ และเป็นอานิสงค์ขั้นต้น ๆ ของผู้ปฏิบัติสติปัฏฐาน อันเป็นทางเดียวไม่มีทางอื่น อีกทั้งนอกจากจะรับเพียงสุขตลอดชีวิต หากปฏิบัติต่อไปก็ยังสามารถถึงพระนิพพานได้อีกด้วย

ดังมีพุทธพจน์ยืนยันไว้ชัดเจนว่า ทุกข์ปนกับสุขนั้นไม่จริง เพราะ ผู้ที่ปฏิบัติตามพระพุทธพจน์ย่อมสามารถเลือกรับเอาเฉพาะ ความสุข และ ความสำเร็จได้ตลอดชีวิตของเขา นี่คือความมหัศจรรย์ และเป็นอานิสงค์ขั้นต้น ๆ ของผู้ปฏิบัติสติปัฏฐาน อันเป็นทางเดียวไม่มีทางอื่น อีกทั้งนอกจากจะรับเพียงสุขตลอดชีวิต หากปฏิบัติต่อไป ก็ยังสามารถถึงพระนิพพานได้อีกด้วย ดังมีพุทธพจน์ยืนยันไว้ชัดเจนว่า

เอกายโน อยํ ภิกฺขเว มคฺโค สตฺตานํ วิสุทธิยา โสกปริเทวานํ สมติกฺกมาย ทุกฺขโทมนสฺสานํ อตฺถงฺคมาย ญาณสฺส อธิคมาย นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยาย, ยทิทํ จตฺตาโร สติปฏฺฐานา ฯ ดังนั้น ผู้ที่ต้องการจะให้ชีวิตมีแต่ความสุขตลอดกาล อย่างปกติสุขมนุษย์ทั่วไป (ไม่ใช่ชนิดเข้าวัด พอใส่ชุดขาวกลับบ้านมากลายเป็นแม่ชี คือ จะมีชีวิตปกติไม่ได้ = ในที่สุดครอบครัวแตกแยกมีเยอะ) ความสุขโดยสมมุติ เช่น ร่ำรวยเป็นเศรษฐี มีคนนับหน้าถือตา มียศศักดิ์ ไม่ลำบากในการดำรงชีพ ต้องการทำบุญกุศลก็มีเงินจับจ่ายไม่ต้องเป็นหนี้ อย่างนี้เป็นสิ่งธรรมดา คือไม่เหนือสมมุติ ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดให้เป็นไปได้ (ของชิว ๆ) ไม่ได้ยากอย่างที่คิด เพราะพระอริยบุคคลที่เป็นคนธรรมดา ไม่ได้เป็นนัก-บวชก็มีมากมายในพระไตรปิฎก

นางวิสาขาเป็นพระโสดาบัน ก็ใช้ชีวิตแบบรวยล้นฟ้า มีเครื่องประดับอัญมณีราคาซื้อที่ได้ทั้งจังหวัด อนาถบิณฑิกะเศรษฐีมีทองคำกองเต็มเนื้อที่พันไร่ (เยอะแค่ไหนคิดเอาเอง) ก็เป็นพระโสดาบัน ดังนั้นใครที่คิดเอาเองว่าปฏิบัติแล้วใช้ชีวิตปกติมีครอบครัวไม่ได้ (หรือพระสงฆ์องค์ไหนที่สอนอย่างนั้น) ก็ให้รู้ว่า "กล่าวตู่พุทธพจน์" เพราะการปฏิบัติธรรม ทำให้ชีวิตปกติที่เป็นอยู่ดีขึ้นกว่าเดิม รวยขึ้น ดีขึ้น (ไม่ใช่วัดรวยแต่คนปฏิบัติซวย คือ หมดตัว=เพราะกู้เขาเอาเงินไปทำบุญ)

เอาละ ทีนี้เรามาเข้าสู่การปฏิบัติ เพื่อให้ชีวิตมีแต่ความสุข และความสำเร็จ ตลอดชาติ กันดีกว่า เราได้ผ่านขั้นตอนการปฏิบัติ ๑ ถึง ๕ เริ่มแต่การ เปล่งเสียงปากกับใจพร้อมกัน และเอาภาพ นะ..โม..เข้ามาสู่นิยะมะ(ฐาน) ปถวีธาตุนั้น เรียกว่า "**อภิวาทิยอนุโลมนัย**" คือ การนำจากกายนอกสู่กายในกาย และเข้าสู่มิติแห่งใจเรียกว่า "มนสิการ" ตั้งลมพร้อมเปลี่ยนนะ..โม ให้เป็น ภาพที่ต้องการ ไว้ที่นิยะมะปถวีธาตุ

จากนั้น เคลื่อนลมออกไปทางจมูก (อากาสธาตุ) ให้เห็นภาพที่เราต้องการนั้นสำเร็จ นี้เรียกว่า **"มนสิการปฏิโลมนัย"** ด้วยพฤติแห่งการปฏิบัติควบคุมธาตุทั้ง ๑๘ ดัง

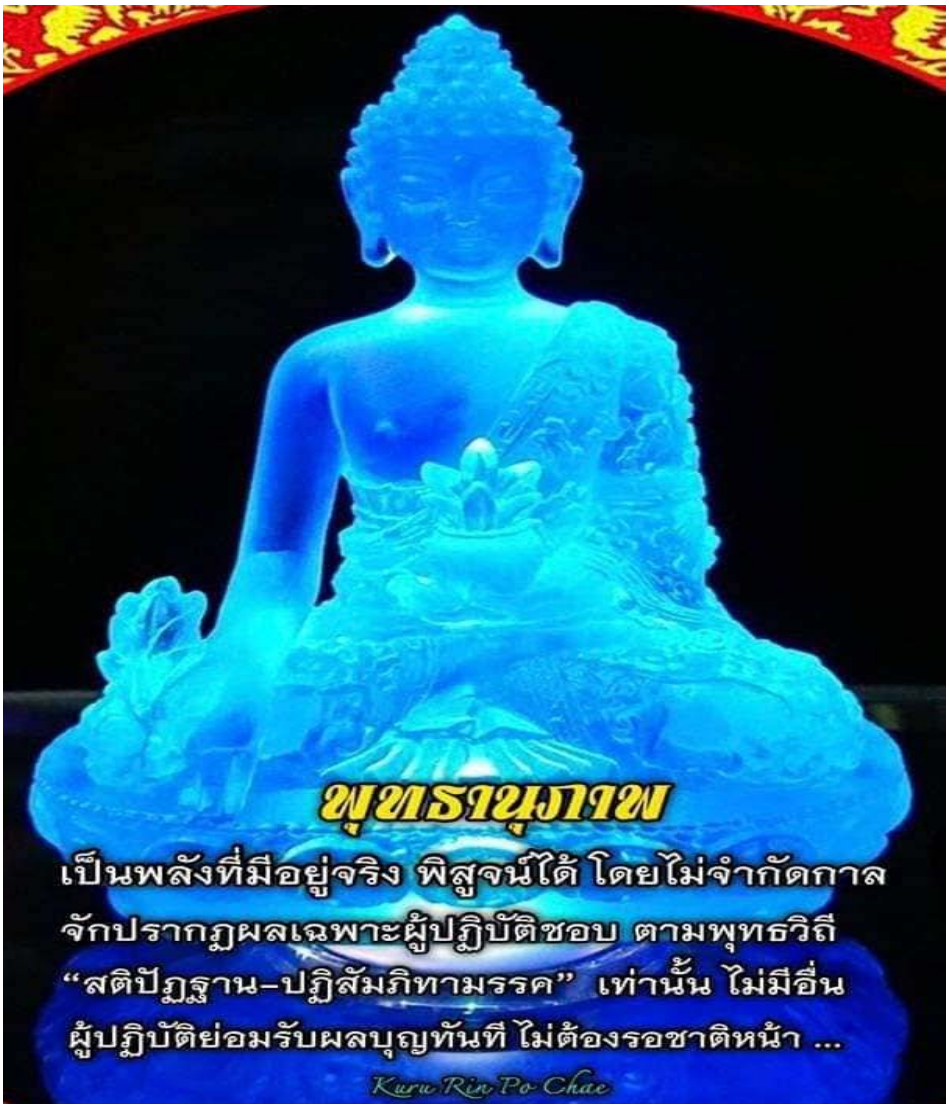
กล่าวนั้นได้ส่งกระแสไปยังเทพยดาที่เราได้ "ปีติ"จากนามนั้น จึงจัดหาสิ่งที่เราปรารถนาให้สำฤทธิ์ผล ซึ่งสิ่งทั้งหลายนั้นล้วนเป็นสมมุติบัญญัติ อยู่ภายใต้กฎแห่งสมมุติจึงบังเกิดเป็นไปตามที่เราอธิษฐานโดยอำนาจแห่งอภิญญาจิต ที่เกิดโดยกายในกาย (ใจ) เป็นตัวอุปถัมภ์ สมดังพุทธพจน์ว่า "**สิ่งทั้งหลาย มีใจเป็นใหญ่ มีใจเป็นประธาน สิ่งทั้งหลายสำเร็จได้ด้วยใจ**" ดังนี้

ทีนี้ การจะเข้าสู่สภาวะแห่งความสุข และ ความสำเร็จอย่างถาวร ตลอดชีวิต คือไม่ต้องอธิษฐานบ่อย ๆ (ประเภทม้วนเดียวจบ) นั้น จะต้องมีวิธีปฏิบัติ ที่เหนือจากที่ปฏิบัติมาแล้ว กล่าวคือ เดิมที เมื่อเราแรกจะปฏิบัติ เราได้กล่าว "สัจจวาจา" (เสียงจากใจ) ถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา นี้เรียกว่าเรา "ถึงพร้อมด้วยศีล" และ "ถึงพร้อมด้วยทาน" เข้าสู่เส้นทางแห่ง "มรรคสัจจะ(หนทางแห่งความจริงแท้)" ตอนนี้เราจะ**เพิ่ม**อีกนิ๊ด นิ๊ดเดียว... คือ "**สัมมาสมาธิ**" ... ความจริงที่ผ่านมาเราได้ "สัมมาสติ (จากการตั้งลมที่นิยะมะ(ฐาน) ปถวีธาตุ)" และ "สัมมาวาจา" อันเป็นองค์มรรคมาแล้ว ทีนี้เราจะเพิ่มตรงสัมมาสมาธิ เพื่อเข้าสู่สภาวะแห่งความสุข ความสำเร็จถาวร ความสุข ความสำเร็จอย่างถาวรตามที่เราปรารถนาต้องการจะเกิดได้ต้องมี "สัมมาสมาธิ"

และ การจะทำให้ "สัมมาสมาธิ" นี้เกิดได้ ต้องปฏิบัติสมาธิด้วย "กายในกาย" เท่านั้น เท่าที่ผ่านมา เราเพียงทำสมาธิปกติ คือ ยังไม่ขาดจาก "กายนอก" หรือ กายสังขาร เปรียบง่าย ๆ เหมือนเราหัดขับรถเป็นใหม่ ๆ ยังไม่กล้าแซง ยังกะระยะความห่างหรือ ความเร็วไม่ถูก คือยังกังวลกับรถ (กายนอก) เช่น นั่งขัดสมาธิไม่ถูกหลัก ก็กลัวว่าจะไม่ได้ผล ฯลฯ คือเป็นห่วงกับร่างกายหรือสิ่งภายนอก แม้ว่าเราจะได้สมาธิบ้าง ก็เป็นสมาธิแบบชั่วคราว เรียกว่า "อุปจารสมาธิ" ดังนั้น ความสุข ความสำเร็จที่ได้รับ จึงเป็นแบบชั่วครั้งชั่วคราวไม่ยาว ไม่ถาวร

แต่ในมิติที่เราจะก้าวเข้าไปสู่**การปฏิบัติสมาธิ**ด้วย **"กายในกาย"** ล้วน ๆ นี้เรียกว่า "**อัปนาสมาธิ**" จะเป็นสมาธิที่มีกำลังสูงมาก ส่งผลถาวร ซึ่ง การปฏิบัติด้วยกายนอก (กายสังขาร) จะไม่สามารถทำได้ ซึ่งขั้นตอนการปฏิบัติไม่ยากอย่างที่คิด...แต่ผู้ที่จะปฏิบัติได้ต้องผ่านขั้นตอนมนสิการ รู้จักการระลึกนิมิต...การเปลี่ยนนิมิตเป็นสิ่งที่ปรารถนา ..คืออธิษฐานได้จนชำนาญแล้ว จึงก้าวเข้าสู่ขั้นนี้ ..**หากยังไม่ชำนาญให้กลับไปฝึกมนสิการก่อนจนแน่ใจ** เพราะขั้นนี้...จะนึกอะไร ก็ได้ตามปราถนา... คือ แค่นึกเฉย ๆ ยังไม่ได้ทำ

สมาธิ สิ่งที่ปรารถนาก็วางตรงหน้า พูดเอ่ยปากถึงสิ่งใด ยังไม่ทันจบถ้อยคำนั้น สิ่งที่ต้องการก็มาทันที.... ในขั้นนี้ไม่ใช่อำนาจแห่งเทวดา ...แต่**เป็นอำนาจจากอัปนาสมาธิ**ที่เราจะได้เรียนรู้และปฏิบัติ พรุ่งนี้เรามาต่อกันในส่วนรายละเอียด....

ย้ำอีกครั้ง...หากยังไม่ชำนาญใน ๑ ถึง ๕ และ มนสิการ ...อย่าเพิ่งปฏิบัติขั้นนี้โดยเด็ดขาด จะเสียเวลาเปล่า เหมือนขับรถยังไม่ชำนาญแต่ปล่อยพวงมาลัย = ตายยกคัน ... อย่าใจร้อน ค่อยเป็นค่อยไป ต้นไม้ที่ปลูกปั๊บออกลูกปุ๊บ มีแต่ต้นไม่พลาสติก กับต้นไม้ตอน ไม่มีรากแก้ว... ใจเย็น ๆ ค่อยเป็นค่อยไป ยังไงก็ปฏิบัติกันได้ทุกคน...เชื่อเถอะ ... พรุ่งนี้ต่อวิธีปฏิบัติโดยละเอียด

ด้วยอำนาจแห่งพุทธานุภาพ ขอจงสถิตย์สถาพรให้ทุกท่านประสบความสุข สมหวังสมปรารถนา ความเจ็บอย่าได้ใกล้ ความไข้อย่าได้มี ของให้สุขี เป็นเศรษฐีสมปรารถนา เทอญ....เจริญพร